



Universidad
Zaragoza

Trabajo Fin de Grado

Magisterio en Educación Infantil

El enemigo oculto de la escuela: el *bullying*. (Programa de prevención)

The hidden enemy of the school: bullying. (Prevention program)

Autora

Raquel Abián Gimeno

Directora

M^a Isabel Garbayo Sanz

FACULTAD DE EDUCACIÓN

Año 2019-2020

ÍNDICE DE CONTENIDO

AGRADECIMIENTOS.....	4
RESUMEN.....	4
<i>Abstract</i>	5
PALABRAS CLAVE.....	6
<i>Key words</i>	6
CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN.....	7
1.1 Introducción.....	7
1.2 Justificación profesional.....	9
1.3 Objetivos del trabajo.....	9
1.4 Justificación personal.....	10
1.5 Metodología.....	10
CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO.....	11
2.1 Antecedentes.....	11
2.2 ¿Qué es el acoso escolar o <i>bullying</i> ?.....	13
2.3 Diferencia entre conflictividad, agresividad y violencia.....	17
2.4 Magnitud del acoso escolar y ciberacoso en España.....	18
2.5 El ciberbullying en la nueva realidad.....	20
2.6 Desmontando mitos.....	22
2.7 Tipos y modalidades de acoso.....	26
2.8 Roles: víctimas, agresores y espectadores.....	30
2.9 Consecuencias.....	34
2.10 Factores causales.....	36
2.11 El <i>bullying</i> en Educación Infantil.....	38
2.12 Importancia de la Educación Emocional.....	44
CAPÍTULO III. Programa de Intervención en la Prevención del Acoso escolar.....	47

3.1	Objetivos del Programa de Intervención.....	52
3.2	Agentes que intervienen.....	53
3.3	Metodología de la Propuesta de Intervención.....	54
3.4	Temporalización / Secuenciación.....	60
3.5	Recursos.....	63
3.6	Sesiones.....	65
3.6.1.	Sesión 1.....	65
3.6.2.	Sesión 2.....	66
3.6.3.	Sesión 3.....	67
3.6.4	Sesión 4.....	69
3.6.5	Sesión 5.....	70
3.6.6	Sesión 6.....	71
3.6.7	Sesión 7.....	72
3.6.8	Sesión 8.....	73
3.6.9	Sesión 9.....	74
3.6.10	Sesión 10.....	74
	CONCLUSIÓN.....	75
	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	77
	ANEXOS.....	86
	Anexo 1.....	86
	Anexo 2.....	88
	Anexo 3.....	89
	Anexo 4.....	91
	Anexo 5.....	93
	Anexo 6.....	94
	Anexo 7.....	95
	Anexo 8.....	101
	Anexo 9.....	103
	Anexo 10.....	104
	Anexo 11.....	106

AGRADECIMIENTOS

En primer lugar, me gustaría agradecer el apoyo y disponibilidad de mi directora durante el proceso de seguimiento y realización del presente trabajo, ya que se ha mostrado comprensiva y flexible en todo momento, al mismo tiempo que, me ha guiado hacia propuestas de mejora que han sido muy enriquecedoras para mi formación.

RESUMEN

El acoso escolar o *bullying* es un problema que ha estado siempre presente, aunque muchas veces oculto, ya sea por la falta de conocimientos y medidas sobre el tema o la falta de formación del profesorado. Actualmente, se detectan cada vez más casos de acoso en el ámbito escolar. Se trata de unos comportamientos agresivos por parte de un acosador hacia una víctima de manera repetitiva durante un largo período de tiempo.

El presente trabajo de investigación consta de una revisión teórica sobre la problemática del acoso escolar o *bullying* que se da en las escuelas de educación infantil y primaria, y que se puede extender hasta la secundaria y bachillerato, pudiendo a llegar unas consecuencias bastante graves a corto y a largo plazo a nivel psicológico, emocional y social, a las que se hará referencia, al igual que a la situación en la actualidad, los antecedentes, los tipos de acoso que existen, los factores causales y el perfil de los protagonistas, entre otros.

Tiene una propuesta de programa de prevención primaria del acoso escolar formada por un total de 12 sesiones con sus respectivos objetivos, metodología y evaluación para trabajar con niños de 5 y 6 años. En ella pueden participar tanto los maestros como las familias de los pequeños. La finalidad e intención de dicha propuesta es la de evitar la aparición de conductas violentas en niños y niñas que puedan perdurar en el futuro afectando no solo al ámbito escolar, sino también, al familiar y social, corriendo el riesgo de convertirse en agresores o víctimas.

Por último, he llevado a cabo este trabajo de investigación con el fin de recopilar información valiosa y plantear una propuesta útil de prevención para ayudar a los centros educativos a erradicar cualquier caso de acoso escolar.

ABSTRACT

Bullying is a problem that has always been present, although often hidden, either because of a lack of knowledge and measures on the subject or because of a lack of teacher training. Nowadays, more and more cases of bullying are detected in the school environment. This is aggressive behaviour by a bully towards a victim on a repetitive basis over a long period of time.

The present work of investigation consists of a theoretical review on the problem of the school bullying that takes place in preschool and primary, and that can extend until secondary and high school, being able to arrive at some quite serious consequences in the short and long term at psychological, emotional and social level, to which will be referred, like to the situation at the present time, the antecedents, the types of bullying that exist, the causal factors and the profile of the protagonists, among others.

It has a proposal for a primary school bullying prevention programme consisting of a total of 12 sessions with their respective objectives, methodology and evaluation to work with children aged 5 and 6. Both teachers and the families of the children can participate in it. The purpose and intention of this proposal is to prevent the emergence of violent behaviour in children that may persist in the future, affecting not only the school environment but also the family and social environment, running the risk of becoming aggressors or victims.

Finally, it is carrying out this research work in order to gather valuable information and make a useful proposal for prevention to help schools eradicate any cases of bullying.

PALABRAS CLAVE

Acoso escolar, *bullying*, agresividad, prevención, detección, educación emocional, entorno educativo

KEY WORDS

Bullying, aggressiveness, prevention, detection, emotional education, educational environment

CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN

1.1 INTRODUCCIÓN

Una gran parte de la sociedad dice estar sensibilizada con el acoso escolar, pero ¿quién lleva realmente la armadura para hacer frente a este fenómeno? ¿habremos caído en la moda de “luchar” por una causa para no ser señalados?

El *bullying*, es un problema que inquieta cada vez más a la comunidad educativa, hecho que podemos comprobar con el incremento de las investigaciones al respecto, las propuestas de intervención que buscan hacerle frente y los programas de prevención que eviten la aparición del acoso escolar (Hamodi y Jiménez, 2008). Pero, fuera del ámbito educativo y profesional, ¿quién está dispuesto a ayudar a alguien que está siendo acosado por la calle? Quizás, el número de personas que tomara cartas en el asunto disminuiría si el acoso se diese en un contexto diferente.

Muchos estudios confirman el enorme trabajo que nos queda por delante para erradicar este problema, pues se trata de un fenómeno muy complejo en el que intervienen múltiples factores que no son fáciles de detectar. No obstante, esto no quiere decir que no podamos educar en su prevención.

¿Cuáles son los factores causales de las conductas violentas? ¿Estarán mayormente relacionadas con factores individuales o contextuales? Con este trabajo se pretende dar respuestas a estas preguntas que serán la clave para conocer su origen y dar paso a la propuesta preventiva.

A lo largo de mi carrera he aprendido que los niños de esta etapa presentan lo que Piaget denomina “egocentrismo”, que hace que el niño conozca el mundo que le rodea desde una sola perspectiva, la suya propia. Esto lo lleva a centrarse únicamente en aquello que está percibiendo y hace que sea complicado comprender el punto de vista de la otra persona. Por lo tanto, ¿podría ser el egocentrismo el desencadenante de los conflictos que surgen en la interacción entre iguales?

También debemos tener en cuenta la corta edad y las dificultades verbales que presenta, lo que hace difícil la expresión de sus propias emociones. Esto puede llevar al niño a expresar su frustración a través de conductas agresivas.

No obstante, a pesar de los factores intrínsecamente ligados a la propia naturaleza del niño, ¿Quién dice que no podemos orientar a los pequeños hacia actitudes de compañerismo, respeto y empatía? ¿En qué medida podemos decir que la agresividad y los conflictos forman parte del propio desarrollo de los niños? ¿Cómo influye el entorno en la percepción del niño sobre lo correcto y lo incorrecto? Es de suma importancia reflexionar sobre las costumbres y hábitos adquiridos a lo largo de la etapa infantil y su relación con las actitudes y comportamientos manifestados en etapas posteriores. Quizás debamos hacer un examen retrospectivo hacia nuestra infancia que nos permita entender por qué hoy en día nos comportamos de determinada manera.

Si profundizamos más, el acoso escolar puede darse por características que se salen de la “normalidad”, es decir, que no se ajustan al patrón de lo que consideramos “normal”. Pero ¿qué es la normalidad para nosotros?, ¿quién o qué nos ayuda a crear esos esquemas mentales que nos permiten diferenciar lo que es normal de lo que no en el mundo que nos rodea?, ¿son los padres realmente conscientes del tipo de dibujos que ven sus hijos en la televisión?

En la actualidad, la mayoría de la ciudadanía es consciente de la existencia del acoso escolar como un fenómeno frecuente en las aulas, pero, ¿y fuera de ellas? ¿qué consideramos acoso escolar? ¿somos verdaderamente conocedores de la complejidad del problema?

Desgraciadamente, todavía hay gente que considera este problema algo así como “chiquilladas” o “cosas de críos”, incluso piensan que es algo nuevo fruto de la mala educación de los jóvenes de hoy en día. Por este motivo, será necesario deshacernos de los mitos y dejar clara la verdadera realidad del *bullying*.

1.2 JUSTIFICACIÓN PROFESIONAL

El ejercicio profesional en casos de *bullying* es fundamental tanto para evitar desarrollar en los alumnos conductas violentas como para intervenir en el caso de que no se hayan podido aplicar con anterioridad las medidas preventivas necesarias. No obstante, como dice el refrán: “Más vale prevenir que curar”. Por ello, considero necesaria la formación del profesorado y los centros educativos en la prevención e intervención del acoso escolar, ya que es esencial que ellos mismos se sientan lo suficientemente capacitados para ponerse manos a la obra y enfrentarse a este problema de manera consciente y responsable. Esta será la mejor manera de proporcionar soluciones efectivas y garantizar el bienestar de todo el alumnado.

1.3 OBJETIVOS DEL TRABAJO

El principal objetivo de este trabajo consiste en investigar y recopilar toda la información necesaria para realizar hallazgos importantes que, de algún modo, me ayuden a ser competente en la materia y a proponer un programa de prevención útil para la erradicación del acoso escolar, además de sacar conclusiones que me sirvan para mi propio crecimiento personal y mi futura labor docente.

De manera más concreta, se pretende concienciar sobre la complejidad del tema y la importancia del papel de la educación, proporcionando una información completa en la que se aborden los aspectos más necesarios e interesantes sobre el *bullying*, sus características, tipos, factores causales, consecuencias, personas implicadas, síntomas... así como la gran cantidad de factores que influyen, las diferencias existentes en cada caso y la importancia de la educación emocional en el control y regulación de las emociones, el reconocimiento de las emociones ajenas (empatía), el desarrollo de una autoestima positiva, la adquisición de habilidades sociales que permitan mejorar las relaciones con los demás y optimizar la convivencia.

También se mostrarán investigaciones que evidencien la antigüedad del fenómeno, cómo se ha ido la sociedad sensibilizando (desde una perspectiva general) y los datos sobre la actualidad del problema en España con el fin de conocer el nivel de afectación del fenómeno en nuestra sociedad de una manera más detallada.

1.4 JUSTIFICACIÓN PERSONAL

En cuanto al motivo que me ha llevado a escoger el acoso escolar como tema principal de mi Trabajo de Fin de Grado no es otro que no sea mi propia experiencia, ya que sufrí acoso durante la etapa primaria y secundaria. Sin embargo, debido a la grandísima falta de información y apoyo, nunca me atreví a considerar mi caso como un verdadero caso de acoso escolar y llegaba a culpabilizarme a mí misma por no saber tener “amigas”. Por ello, el objetivo de este trabajo es sobre todo personal, pues me interesa muchísimo conocer, investigar, aprender y aclarar las dudas sobre lo que viví y todo lo que se esconde detrás del acoso escolar, principalmente, el componente más psicológico del fenómeno, pues considero que los daños en este ámbito son los más perjudiciales a largo plazo.

1.5 METODOLOGÍA

Por último, voy a realizar una explicación breve acerca de la metodología que he seguido para el desarrollo de este trabajo. En primer lugar, se trata de una metodología cualitativa, ya que no hay una medición exacta de la información. El proceso que he seguido ha sido el siguiente: búsqueda y recopilación de información de diferentes fuentes, después de leerlas he llevado a cabo la estructura y reflexión de la información, atendiendo a aquellos aspectos más relevantes del tema. He estado contrastando diferentes fuentes y diferentes autores para llegar a conclusiones definitivas. También he realizado supervisiones con mi directora, quien me ha resuelto las dudas que me han ido surgiendo, ha revisado mi trabajo semanal y me ha hecho propuestas de mejora.

CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO

2.1 ANTECEDENTES

¿Cuándo surgió el fenómeno del acoso escolar? ¿Y sus primeras investigaciones? ¿Se trata de un fenómeno nuevo? A continuación, daremos respuesta a estas preguntas:

El acoso escolar no es un fenómeno nuevo como muchas personas creen, sino que ha estado presente en los centros escolares desde hace mucho tiempo. No obstante, hasta hace relativamente poco, no se conocía mucho sobre él, debido a la falta de interés y preocupación social.

En Suecia, a finales de los años sesenta y principios de los setenta, el problema de la víctima y el agresor empezó a suscitar mucho interés, tanto que fue extendiéndose por la Península Escandinava donde se realizaron las primeras investigaciones sobre el problema agresor y víctima en la década de los 70. Concretamente, el primer estudio sistemático data del 1973 y se lleva a cabo por el psicólogo y profesor de la Universidad de Bergen, Dan Olweus, ampliamente reconocido como el pionero de la investigación sobre el acoso escolar. Posteriormente, en 1978 publicó un libro que despertó el interés social en el fenómeno.

La preocupación por el tema se extendió hasta Noruega, pero no se llegó a un compromiso absoluto. En 1982, Olweus, tras conocer la noticia del suicidio de tres adolescentes noruegos de 10 a 14 años como consecuencia del acoso escolar, decidió volcarse en la investigación del fenómeno y junto al Ministerio de Educación de Noruega decidieron lanzar una campaña a escala nacional en contra del acoso escolar en las etapas de primaria y secundaria, además de desarrollar el Cuestionario sobre Agresores y Víctimas (*Bully/Victim Questionnaire*) (Olweus, 2004).

El Defensor del Pueblo (1999) apunta que Olweus realizó cuatro estudios sobre el maltrato entre iguales: un estudio nacional en Noruega, otro a gran escala en Suecia (1983-1984), un

estudio intensivo en Bergen (1983-1985) y otro en el Gran Estocolmo (1970), que sigue en curso.

El interés por el acoso escolar se extendió por Gran Bretaña, Holanda, Japón, Estados Unidos, Canadá y España a finales de los 80 y de los 90. (Olweus, s.f). El Defensor del Pueblo (1999) publica las primeras investigaciones que se realizaron en diferentes países europeos:

Reino Unido e Irlanda utilizando el *Cuestionario Abusón/víctima* de Olweus

- Inglaterra: al final de la década de los 80 se inician diversos estudios sobre la violencia escolar. Destaca el estudio que se llevó a cabo en Sheffield.

- Escocia: El primer estudio se llevó a cabo por Mellor en 1990.

- Irlanda: Los primeros estudios se realizaron a partir de 1985 por Byrne en 1987, 1994, y 1999; y en 1989 por O'Moore y Hillery. En 1996 se obtuvieron los resultados del estudio a nivel nacional puesto en marcha en Dublín por O'Moore, Kikham y Smith (financiado por el Ministerio de Educación irlandés).

Alemania: Ya existía cierto interés público en la violencia juvenil durante los años 70 y 80. Se creó una Comisión Gubernamental Independiente para la Prevención y Control de la Violencia (además de la violencia escolar, se atendía también a otros tipos de violencia como la familiar, etc.)._Cuentan con datos de estudios únicamente locales o regionales (no se han realizado estudios de incidencia general)_

Italia: primer estudio en 1996 de la mano de Genta, Menesini, Fonzi, Costabile y Smith en colegios del centro y sur de Italia.

Portugal: primer estudio se debe a Pereira (y otros) en 1996 en Braga.

España:

- Primer estudio desarrollado por un grupo de investigadores (Viera, Fernández y Quevedo, 1989; Fernández y Quevedo, 1991) en Madrid.
- Cerezo y Esteban realizaron otro estudio en 1992 en la región de Murcia, en el que utilizaron una técnica que no se había utilizado hasta el momento: dar los nombres de los agresores y víctimas.
- Rosario Ortega desarrolló tres amplios estudios sobre el maltrato entre alumnos (uno de ellos en colaboración con Peter Smith). En los dos primeros se centraba en colegios de Sevilla, sin embargo, en el tercero abarcó a niños de la ESO de ocho centros de cada una de las provincias de Andalucía.

Por último, como indica Avilés (2002), son muchas las investigaciones que podemos encontrar sobre el acoso escolar que sufren los niños de países de todo el mundo. No obstante, es cierto que, en la actualidad, se puede observar la desigualdad existente en el desarrollo de los programas de prevención e intervención del acoso escolar en distintos países, pues presentan un grado diferente de preocupación tanto por la violencia y el *bullying*.

2.2 ¿QUÉ ES EL ACOSO ESCOLAR O *BULLYING*?

“*Bullying*” es un término inglés que hace referencia al acoso escolar. Hoy en día está muy extendido debido al aumento de sensibilización con este fenómeno. Proviene de la palabra holandesa “boel” cuyo significado es acoso. Fue utilizado por primera vez en los años 70 por Olweus. Es un tipo de maltrato que se da entre alumnos en el entorno educativo, de forma reiterada y prolongada en el tiempo. Además, puede llevarse a cabo por uno o varios alumnos contra otro más vulnerable, a través de diferentes modalidades (física, psicológica, verbal, etc) de manera que, el agresor somete a la víctima con la ayuda de otros alumnos. (Vera, 2010)

Los datos registrados en el estudio de Bergen llevado a cabo por Olweus demostraban que, efectivamente, en muchas ocasiones los agresores actuaban en grupos de dos o tres.

El psicólogo emplea “acosar” como sinónimo de “intimidar”, “convertir en víctima” y “problemas del agresor y la víctima”, e insiste en que no se da acoso cuando riñen o se pelean dos alumnos de edad y fuerza (tanto física como psicológica) similares, sino que es necesario que se de un desequilibrio de fuerzas que provocan en el niño dificultad para defenderse, de manera que se encuentra indefenso ante los alumnos que lo acosan. (Olweus, 2004)

En este desequilibrio de fuerzas, el carácter horizontal de la interacción entre iguales desaparece y aparece en su lugar, una relación jerárquica entre el agresor y la víctima caracterizada por la dominación-sumisión. Asimismo, mientras los agresores suelen actuar en grupo, la víctima se encuentra sola, puesto que la agresión no es ejercida contra otros grupos, sino que eligen a personas concretas. (Avilés, 2002)

Por otro lado, es necesario que las acciones de los sujetos posean intencionalidad y sean hostiles, aunque dicha intencionalidad puede no darse antes de los siete años. (Armero, Bernardino y Bonet de Luna, 2011)

En 2002, la Organización Mundial de la Salud afirma que existen los siguientes criterios diagnósticos para reconocer la violencia escolar o bullying (Nieto Campos, 2017):

- Presencia de una o más conductas de hostigamiento: menosprecio, odio, burla, motes, ridiculización, desprecio, crueldad, gestos o imitaciones burlescas o menospreciantes.
- Repetición de la conducta: los agresores repiten su conducta de forma continuada, por lo se debe tener en cuenta que no son conductas puntuales o secundarias sino que permanece en el entorno escolar y se pueden manifestar en cualquier momento.
- La prolongación en el tiempo: las conductas se extienden en el tiempo, lo que va consumiendo al niño en todos los aspectos de su vida: emocional, afectivo, académico, familiar.

Olweus diferencia entre dos tipos de acoso: el directo y el indirecto. El directo se corresponde a los ataques hacia la víctima de manera relativamente abierta, mientras que el indirecto se manifiesta en forma de exclusión y aislamiento social por parte de un grupo hacia la víctima. (Olweus, 2004)

Según Collell y Escudé (2006), es frecuente asociar el maltrato con la violencia física, por lo que, en muchas ocasiones, el maltrato verbal y en especial, la exclusión social, son pasadas por alto tanto por los compañeros como por los propios adultos, que actúan con cierta permisividad ante casos de este tipo. No obstante, la realidad de las consecuencias afirma lo contrario, pues a largo plazo pueden provocar consecuencias mucho más graves que la agresión abierta.

Consideran que debemos realizar una reflexión sobre el maltrato que se da de forma indirecta en el que el agresor encubre su persona y desconcierta a la víctima, llevándola a dudar del acoso que está percibiendo, si es real o son simplemente imaginaciones suyas. Esta situación consume a la víctima y afecta a su salud mental, puesto que mina su autoestima y hace que se culpabilice a sí misma al no poder identificar a la persona/s que la están acosando.

Además, en las últimas décadas, el *bullying* se ha trasladado al ámbito virtual dando lugar así al fenómeno del ciberbullying. Este tipo de acoso se realiza a través del uso de las nuevas tecnologías y puede llegar a tener consecuencias fatales, pues la víctima sigue recibiendo ataques intimidatorios incluso en su propia casa. (Collell y Escudé, 2006)

Por otro lado, debemos tener en cuenta que no todo tipo de conductas problemáticas que se dan en el ámbito escolar tienen por qué estar relacionadas con el acoso escolar, sino que pueden ser las típicas confrontaciones o peleas que aparecen de forma puntual en el aula o en el recreo como resultado del choque de intereses en las relaciones entre iguales. Esto es algo muy diferente al *bullying* o acoso escolar, que está caracterizado por la reiterada violencia ejercida sobre determinados alumnos, quienes son elegidos por diferentes razones, ya sea por aspectos físicos, sociales, raciales, económicos o incluso por envidia.

Por ello, debemos conocer aquellos aspectos que hacen diferente al *bullying* o acoso escolar de los conflictos que se dan normalmente como producto de la relación e interacción entre iguales, y con este objetivo, el siguiente apartado estará dedicado a dejar clara la diferencia entre tres conceptos que a menudo suelen confundirse y dificultar la comprensión de las actitudes y conductas que caracterizan al fenómeno: conflictividad, agresividad y violencia.

Si bien, el acoso escolar se caracteriza por los aspectos nombrados anteriormente, más, es de suma importancia ser conscientes de que cada situación de acoso es diferente, y, por lo tanto, también su intervención que debe ser ajustada a cada realidad. Por ello, para su planificación, Collell y Escudé (2006) proponen responder a las siguientes preguntas: ¿Dónde suceden estos hechos? ¿Qué chicos y chicas están implicadas y cuál es su nivel de participación? ¿Cuáles son los puntos fuertes y débiles de cada uno de ellos? ¿Durante cuánto tiempo se han dado las agresiones? ¿Qué soluciones se han tratado de llevar a cabo? ¿Cuáles son las creencias sobre el uso de la violencia?, etc. Además, debemos conocer el clima del centro, del aula, dinámica del grupo, práctica tutorial, etc. Los alumnos son los que mejor van a responder a las preguntas planificadas, pues son los verdaderos conocedores de la realidad de su grupo. Asimismo, la técnica más eficaz para concretar los alumnos implicados es la nominación entre iguales.

Por último, el proceso de intervención debemos incluir no solo al agresor y a la víctima, sino también a su entorno (compañeros, padres, profesorado y personal del centro, otros alumnos no implicados de manera directa...), y se deben realizar reflexiones conjuntas, discusiones sobre qué puede hacer cada uno para mejorar su relación con los demás, implantar sistemas de apoyo entre los alumnos, ofrecer ayuda y aportar estrategias de afrontamiento a las personas afectadas, protocolos de actuación, etc. Estas actuaciones serán mucho más eficaces si se incluyen dentro de un Proyecto de Convivencia de Centro. (Collell y Escudé, 2006)

Tal y como apuntan estos autores, las aulas deben ser: “entornos seguros donde se fomente la resiliencia de los alumnos y el bienestar emocional de toda la comunidad educativa”. (Collell y Escudé, 2006)

2.3. DIFERENCIA ENTRE CONFLICTIVIDAD, AGRESIVIDAD Y VIOLENCIA

Jiménez (2006) sostiene que existe una tendencia a confundir los conceptos de agresividad y violencia, no solo en el lenguaje cotidiano sino también en textos dirigidos a estudios de la prevención de la violencia en los seres humanos.

Por lo tanto, vamos a tratar de diferenciar ambos conceptos: Por un lado, la agresividad es biológica, forma parte de la naturaleza de todos los animales, incluido, el ser humano. Es un instinto innato que compartimos con el resto de las especies y que pertenece al inconsciente. Lo utilizamos como arma de defensa, pues nos alerta, prepara y adapta al entorno para poder defendernos. Sin embargo, el ser humano, es capaz de regular esa agresividad para convivir en sociedad. Por otro lado, la violencia no forma parte de la naturaleza animal ni del inconsciente, sino que es una producción humana, una conducta intencionada y aprendida por el hombre a partir de la socialización y la cultura para hacer daño a otro individuo. Esta conducta es la transformación del instinto biológico agresivo y está condicionada por las ideologías, valores, roles sociales, etc. (Navarro, 2017)

Como señala la psicóloga Martínez Lledó, precisamente por el hecho de que la violencia es una conducta aprendida e intencionada, debemos tener en cuenta que los niños más pequeños no han alcanzado un desarrollo cognitivo que les pueda caracterizar por ser violentos, pero sí por tener actitudes agresivas, de las cuales se hablará más adelante. (Martínez, 2019).

En cuanto al conflicto, Jares (2001) afirma que desde siempre se ha percibido el conflicto como un fenómeno negativo en sí mismo y que, por lo tanto, debía desaparecer. Se ha considerado una antítesis de la educación y la convivencia. Se relacionaba con la mala gestión y las respuestas negativas del alumnado, quienes eran etiquetados como personas problemáticas o conflictivas que alteraban el clima del aula. Esta visión del conflicto sigue presente hoy en día. Por ello, el autor insiste en que el conflicto debe ser visto como un fenómeno natural, inherente a la vida en convivencia, e incluso con beneficios educativos.

Tal y como señala Piaget (1932, 1994 citado por Barrios, 2016), los conflictos interpersonales entre los niños ayudan a que el niño empiece a tener en cuenta la perspectiva del otro, al igual que sus sentimientos y distintas formas de resolver conflictos.

No obstante, Lederach sostiene que, este fenómeno puede ser constructivo o destructivo en las relaciones interpersonales dependiendo de la manera de afrontarlo y regularlo. Por lo tanto, no se debe eliminar el conflicto, sino que se debe resolver a través de actitudes cooperativas y respetuosas entre las personas implicadas, tratando de dirigirlo hacia resultados positivos (Fuentes, 2019).

Por este motivo, es necesario que desde la etapa infantil se eduque en la adecuada resolución de conflictos, la empatía, igualdad, respeto, cooperación, solidaridad, amor y cuidado por los demás y por el mundo en el que vivimos.

Asimismo, en el ámbito escolar conviene tener claras las diferencias entre estos conceptos, sin confundir el comportamiento disruptivo (que altera el buen clima del aula) con los procesos de intimidación y victimización que caracterizan al verdadero acoso escolar. Para ello, conviene que profesorado reciba una formación cualificada mediante la cual logre evitar que sus alumnos sufran este fenómeno. (Jiménez, 2006)

2.4. MAGNITUD DEL ACOSO ESCOLAR Y CIBERACOSO EN ESPAÑA

Tal como muestra Save The Children (2016) en su informe “Yo a eso no juego”, son pocas las investigaciones realizadas sobre el acoso escolar en España, pues supone un gran reto obtener información sobre todos los centros educativos del país. De hecho, las investigaciones que se han llevado a cabo dificultan la comparación de cifras de cada una de ellas, ya sea porque cada una ofrece una definición diferente o porque no valoran el acoso de forma general, sino que se dirigen hacia diferentes formas de acoso, poblaciones y ciclos educativos. Únicamente, se hace referencia a tres investigaciones que obtienen muestras de la población de toda España: las

desarrolladas por el Defensor del Pueblo-UNICEF (2000, 2007), por el Centro Reina Sofía en el Estudio de la Violencia (Serrano y Iborra, 2005) y el informe Cisneros X llevado a cabo por los profesores Oñate y Piñuel (2007).

Esta investigación desarrollada por Oñate y Piñuel está basada en el test AVE (Acoso y Violencia Escolar), el cual hace referencia tanto a la violencia física como la psicológica y los daños psicológicos que supone (baja autoestima, síntomas orgánicos y funcionales, etc.). En él, participaron 24.990 niños de entre 7 y 17 años (de 2º de Educación Primaria a 1º de Bachillerato) de catorce comunidades autónomas españolas. Los resultados que se obtuvieron confirman que la tasa global de acoso grave es del 23,3%. (Armero et al., 2011)

Por ello, Save The Children (2016) realizó el primer estudio a nivel estatal y autonómico, contando con la ayuda de un equipo de investigación profesional en el fenómeno, por lo que, nos vamos a centrar en los datos recogidos en esta investigación:

El estudio se llevó a cabo mediante una encuesta sobre las experiencias de acoso y ciberacoso (y otros fenómenos relacionados) en 21.487 alumnos entre 12 y 16 años, es decir, estudiantes de 1º a 4º de ESO de centros educativos públicos durante el curso escolar 2012/2013. Este estudio permite conocer el perfil tanto del acosador como de la víctima en el acoso y ciberacoso, así como las diferencias observadas en las distintas comunidades autónomas. De esta manera, se pretende indagar y comprender el origen y naturaleza de dichas personalidades con el objetivo de conseguir prevenir el acoso escolar de la manera más eficaz. (Véanse resultados en Anexo 1)

Las conclusiones de estos resultados son las siguientes:

- A pesar de que se dan ambos tipos de acoso con bastante frecuencia, existe una mayor prevalencia del acoso escolar frente al ciberacoso.
- Los tipos de agresiones que predominan en ambas formas de acoso son los insultos y rumores.
- Tanto en el acoso escolar como en el ciberacoso, las chicas suelen ser con mayor frecuencia el blanco de las agresiones y los chicos presentan mayor tendencia a llevarlas a

cabo. No obstante, la diferencia entre sexos no es tan significativa cuando se habla de ciberacosadores.

Además, tanto los agresores como las víctimas presentan una baja autoestima, de hecho, los agresores (chicos y chicas) también muestran menos empatía cognitiva y afectiva, capacidad de resolución de conflictos y asertividad. Por lo que, estos datos demuestran que la educación en inteligencia emocional, la adquisición de valores de convivencia y las habilidades sociales son necesarias y decisivas para ser capaces de detectar, prevenir y actuar en las situaciones de violencia que nos encontramos a lo largo de nuestra vida.

2.5. EL CIBERBULLYING EN LA NUEVA REALIDAD

La web oficial de la radiotelevisión pública vasca EITB (2020), informa que el director de Amnistía Internacional en España, Esteban Beltrán, ha recalcado lo siguiente: “El acoso escolar no termina en las aulas y es posible que continúe en los grupos de trabajos o clases de internet que tienen lugar durante el confinamiento.” Pues, debido a la situación de confinamiento en la que nos encontramos, se ha incrementado el uso de la vía telemática para continuar con nuestros trabajos y nuestros estudios, y, por lo tanto, el uso de dispositivos electrónicos y de Internet.

El acoso virtual o ciberbullying no ha nacido durante el confinamiento, de hecho, la Fundación ANAR afirma que uno de cada cuatro casos de acoso escolar se da en el espacio virtual. (EITB, 2020). No obstante, es un problema que, al igual que muchos otros como el maltrato infantil o la violencia machista, han sido motivo de preocupación durante la cuarentena. Por un lado, los niños que ya sufrían las consecuencias del acoso escolar ahora pueden verse afectados con mayor gravedad por el acoso cibernético. Así lo afirma la Federación Estatal de Lesbianas, Gais, Trans y Bisexuales (FELGTB): “el acosador que antes estaba en el patio ahora está en Instagram” (EITB, 2020). Por otro lado, pueden darse nuevos casos de niños que sin haber sufrido *bullying* anteriormente, les toque sufrirlo en el ámbito virtual en estos momentos.

El 2 de mayo, Día Internacional contra el Acoso Escolar, la ONG, Aldeas Infantiles, informó sobre el incremento del 10% en el uso de Internet por parte de los menores españoles durante el confinamiento, refiriéndose a que, si se aumenta el tiempo conectado a Internet, el riesgo de sufrir acoso es mayor (EITB, 2020). Esta nueva realidad puede implicar un agravamiento de los problemas en las redes sociales, pues pasamos mucho más tiempo utilizándolas, y también los agresores, que, sin verse cara a cara con la víctima, sin grandes esfuerzos, sin límite horario, sin normas aparentes ni supervisión, simplemente con pulsar un botón, encuentran una vía mucho más anónima y fácil para actuar. (Escribano, 2020). No obstante, este anonimato no es del todo cierto, ya que lo que se publica en las redes sociales, permanece durante mucho tiempo y los datos del autor pueden salir a la luz en cualquier momento.

Los espectadores no participan directamente en la creación de mensajes ofensivos, pero, sí en la difusión o indicando que les gusta la publicación del agresor, por lo que, este ámbito también incentivará a algunos espectadores a “bailarle el agua” al acosador, incluso a convertirse en él, puesto que se da una menor exposición personal y el miedo a ser “pillado” se reduce. Esta “valentía” del cobarde aumenta mucho más desde el anonimato, ya que, el agresor cree que si la víctima no sabe quién es su acosador podrá tomarse la libertad de insultarla y denigrarla todo lo que le apetezca. Sin embargo, este hecho no se daría con tanta frecuencia si se diese una completa exposición personal de las personas que ejercen este tipo de comportamientos.

El nivel de tortura que pueden padecer las víctimas en estos casos puede tener efectos psicológicos muy graves.

La web oficial de la radiotelevisión pública vasca EITB (2020), también menciona a Gabriel Nogueras, un estudiante colaborador de Amnistía Internacional, quien afirma que el acoso se puede prolongar más en el tiempo porque a la víctima le resulta más fácil aislarse y no expresar sus problemas.

Además, el hecho de que las agresiones se den por escrito puede hacer que la víctima pase mucho tiempo mirando y leyendo los comentarios, mensajes o fotos que se han difundido en

redes sociales sobre él en las redes sociales, intensificando su sufrimiento. Además, estos mensajes o fotos pueden permanecer mucho tiempo en la red y afectar al futuro de la víctima, pues su difusión es tan rápida que pueden llegar a personas completamente desconocidas y hacer que se viralicen. (Escribano, 2020).

Por otro lado, la sociedad corre el riesgo de que haya un aumento de casos de racismo y xenofobia hacia los extranjeros, sobre todo, hacia personas asiáticas provenientes de China, incrementando así los casos de acoso escolar y ciberbullying. Así lo ha afirmado Eva Ovies según EITB (2020), otra estudiante y colaboradora de Amnistía Internacional en la lucha contra el acoso, la cual ha advertido sobre el riesgo de personas orientales a sufrirlo y sobre las graves consecuencias que se puede llegar a tener, desde padecer depresión a recurrir al suicidio. Además, exige más medios y más información para poder acabar con el acoso, ya que, hay mucha gente que se lo toma a broma y no es consciente de lo que hace ni de las consecuencias que acarrearán sus acciones.

Por ello, se deben reforzar y tomar medidas más estrictas tanto de prevención como de protección, proporcionando toda la ayuda e información posible a las personas afectadas por el ciberbullying, además de contar con la ayuda de los medios de comunicación para recordar a las víctimas que no están solas y que hay mucha gente dispuesta a ayudarlas.

2.6. DESMONTANDO MITOS

En nuestra sociedad nos encontramos con una gran cantidad de mitos o falsas creencias sobre el acoso escolar, las cuales repercuten en nuestra manera de enfrentarnos a una situación de acoso, sobre todo desde la perspectiva del espectador y de la víctima. Estos mitos restan importancia a las situaciones de acoso dificultando la toma de medidas de prevención necesarias para evitar que se den dichas situaciones, tanto a nivel escolar, como social o familiar. De esta manera, las falsas creencias facilitan la aparición de nuevos casos de *bullying*, o incluso los casos

ya existentes pueden empeorar y derivar en consecuencias realmente graves. (Véase tabla resumen en Anexo 2)

1. “EL ACOSO ESCOLAR IMPLICA ÚNICAMENTE VIOLENCIA FÍSICA”

Muchas personas tienden a pensar que solo se da acoso escolar cuando existen peleas físicas, empujones, puñetazos, zancadillas... Pero la realidad es diferente, el acoso escolar implica otras conductas quizás menos aparentemente visibles, pero con gran repercusión en la salud de la víctima. Por ejemplo, tal y como muestra Save The Children (2016) en sus investigaciones con 21.487 alumnos, seis de cada diez estudiantes confiesan haber sido insultados por alguien y en más de dos de cada diez casos, se da de forma prolongada en el tiempo.

No obstante, además de los insultos, los acosadores suelen recurrir a burlas, intimidación, “bromas”, rumores, exclusión social, incluso al acoso a través de internet, etc., con el fin de atacar a la identidad de la persona, apariencia física, orientación sexual, religión, etc. Estas formas de acoso pueden provocar graves consecuencias en la vida de la persona tanto a corto como a largo plazo (Martín, 2018).

2. “EL ACOSO ESCOLAR FORMA PARTE DEL JUEGO Y LAS BROMAS ENTRE NIÑOS

Para asegurarnos de que una broma no tiene una intencionalidad dañina, debemos prestar atención a muchos otros factores, por ejemplo, el contexto en el que se realiza la broma, quién la lleva a cabo y sobre quién recae, así como la relación entre las personas implicadas.

Es cierto que, muchas veces las bromas entre amigos o familiares son una muestra de cariño, pero cuando sucede entre individuos que no mantienen una estrecha relación afectiva debemos prestar especial atención a cómo se desarrolla la interacción entre estas personas en diferentes contextos, el lenguaje no verbal, las miradas, la compañía que tienen frecuentemente, etc.,

porque si prestamos atención a estos factores nos daremos cuenta de que estamos presenciando un caso de acoso escolar. Por ello, es esencial dejar de lado las falsas creencias, los prejuicios y el egoísmo que muchas veces nos caracteriza como seres humanos.

3. *“EL ACOSO ESCOLAR ES NORMAL A LA HORA DE RESOLVER CONFLICTOS”*

Existe una gran diferencia entre conflicto y acoso escolar. Por un lado, los conflictos forman parte del crecimiento de los niños, pues, aprenden a resolverlos con sus iguales y a llegar a un consenso, de manera cooperativa, empática, respetuosa y asertiva. Además, los individuos involucrados tienen el mismo poder en la relación, mientras que, en el acoso escolar el acosador toma el control sobre otra persona y busca hacerle daño de manera intencionada a través de la humillación, la amenaza, la intimidación... llegando a provocar un importante daño físico y/o emocional en la persona (Roldán, 2020). Esta falsa creencia ha estado presente (y, desgraciadamente, sigue estando, aunque en menor medida) en nuestra sociedad durante muchos años, pues el acoso escolar se consideraba un proceso normal durante la infancia y adolescencia.

Incluso, como un aprendizaje o prueba de madurez, de modo que, se pensaba que era una vía normal para resolver los conflictos, los cuales se daban de manera inevitable en las relaciones entre niños y adolescentes debido a su falta de madurez. Por ello, el profesorado no solía intervenir cuando aparecían este tipo de casos en el ámbito escolar (Equipo de Expertos Universidad Internacional de Valencia, 2015).

4. *“EL ACOSO ESCOLAR LO PROVOCAN LOS CHICOS, LAS CHICAS NO”*

El acoso escolar lo pueden desarrollar tanto chicos, como chicas. No obstante, es cierto que los chicos son más impulsivos y se inclinan en mayor medida hacia las agresiones físicas, mientras que las chicas suelen utilizar las agresiones verbales y psicológicas. (Asociación Canaria No al Acoso Escolar [ACANAE], 2014)

Este puede ser el motivo por el cual solemos asociar al acosador con un chico, y no tanto con una chica, ya que, recurren con mayor frecuencia a las agresiones físicas, las cuales son más visibles que las verbales y psicológicas.

5. *“ACOSAR O SER ACOSADO NO IMPLICA CONSECUENCIAS DAÑINAS DURADERAS”*

Es un error pensar que el acoso escolar no tiene consecuencias duraderas, ya que, sufrirlo marca muchísimo a la víctima, y si no se interviene rápidamente, las consecuencias pueden estar presentes a lo largo de toda su vida.

6. *“LAS SITUACIONES DE ACOSO SOLO SE DAN ENTRE NIÑOS”*

Di Lorenzo (2012) apunta que “Los actos violentos y destructivos no se producen en forma aislada, sino que, son el reflejo de una sociedad expuesta a multiplicidad de manifestaciones de violencia.” Por lo que, el acoso escolar que se da en los centros educativos no es más que una mera representación del entorno en el que viven los niños, pues la violencia está en todos lados, tanto en el ámbito social como en el familiar, político, educativo, laboral, etc. El *mobbing* o acoso laboral es un claro ejemplo de que el acoso y la violencia van más allá del entorno escolar y las relaciones entre los niños.

7. *“EL BULLYING ES UN FENÓMENO NOVEDOSO”*

A menudo, las personas que no están sensibilizadas con el tema tienden a pensar que es una moda que se ha inventado entre los jóvenes de hoy en día. Esto no es cierto, ya que la violencia escolar ha existido siempre. La única diferencia respecto al pasado es que, hoy en día, el fenómeno del acoso escolar está mucho más visibilizado (en parte, gracias a los medios de comunicación) y existe una fuerte sensibilización en el entorno educativo hacia el tema.

8. “LA VÍCTIMA SIEMPRE ES UN NIÑO TÍMIDO CON POCOS AMIGOS”

Quizás la debilidad con la que se muestra normalmente la víctima respecto al abuso de poder y de fuerza que ejerce el acosador sobre ella, nos lleva a relacionar a todas las víctimas con niños y niñas tímidos, introvertidos y con falta de habilidades sociales. No obstante, estaríamos equivocados si pensáramos que estas características se cumplen siempre, ya que, la víctima puede ser cualquier niño o niña y no tiene porqué cumplir estrictamente con unas características concretas. De hecho, como indica ACANAE (2014), un niño extrovertido, risueño y alegre puede sufrir acoso igualmente por el mero hecho de que su acosador sienta envidia en algún aspecto de su vida.

2.7 TIPOS Y MODALIDADES DE ACOSO

Tal y como se ha mencionado en los mitos, el acoso no se limita únicamente al entorno escolar ni a las agresiones exclusivamente físicas, sino que puede manifestarse directa o indirectamente en diferentes ámbitos. Además, muchos de ellos están relacionados entre sí, por lo que pueden complementarse en numerosas ocasiones. Por ejemplo, el componente psicológico está presente en todas las formas de acoso.

En primer lugar, debemos diferenciar entre el acoso directo y el indirecto (Armero et al., 2011):

- El acoso directo: implica pegar, dar empujones, intimidar, amenazar, burlarse, insultar, poner mote, gritar, excluir a la víctima de manera intencionada en actividades, impedir que participe, etc.

- El acoso indirecto: romper, robar, esconder objetos de la víctima, difundir rumores, enviar notas despectivas, hablar mal a las espaldas de la víctima, ignorarla, hacerle el vacío, etc.

Podemos ver que el acoso directo es el que se manifiesta de manera relativamente abierta hacia la víctima, quien recibe los ataques directos hacia su persona, mientras que, en el acoso indirecto, la víctima no siempre está presente, e incluso puede crear confusión en ella, puesto que a veces no es capaz de reconocer quién provoca esa agresión y atenta en mayor medida contra su salud mental.

A continuación, se describirán las diferentes modalidades de acoso que se pueden dar entre niños o adolescentes hoy en día (aunque también se hará referencia al acoso en el ámbito laboral):

Acoso físico

Según Lemos (2019), el acoso físico es el más visible a los ojos, ya que el agresor recurre a la fuerza física para someter a su víctima dejando en su cuerpo marcas fácilmente perceptibles. Implica golpes, patadas, empujones, zancadillas... o el daño de pertenencias.

Ante estas situaciones, el agresor rara vez se encuentra solo frente a la víctima, sino que suele estar acompañado de otras personas que lo apoyen y estimulen para llevar a cabo su agresión de manera más cruel. Al sentirse respaldado, la confianza del acosador aumenta, y se muestra valiente, fuerte y poderoso (Lemos, 2019).

Por otro lado, la manifestación de las agresiones más graves no tiene por qué darse siempre en sitios públicos. Por lo que, los agresores pueden utilizar los sitios públicos para llevar a cabo las agresiones leves (un empujón o una zancadilla), y reservarse las agresiones más graves (palizas) para los momentos en los que se quedan a solas con la víctima.

Acoso verbal:

Avilés (2002) señala que, el acoso verbal se suele manifestar, sobre todo, en forma de insultos y apodos, aunque también se dan asiduamente los desprecios en público o comentarios continuos sobre el físico de la persona o su forma de actuar. De hecho, muchas investigaciones confirman

que este acoso es el que se da con mayor frecuencia. Además, sus consecuencias pueden ser mucho más graves a largo plazo que la agresión abierta. No obstante, hay personas que relacionan el acoso escolar con la violencia física y no tienen en cuenta otros tipos de acoso como el verbal o el social. (Collell y Escudé, 2006)

Acoso psicológico:

Como señala Rull (2018) en “El Periódico”: “El maltrato psicológico es una forma de agresión donde una persona ejerce un poder sobre otra, con comportamientos físicos o verbales de forma reiterada que atentan contra la estabilidad emocional.” Por lo que, en esta forma de acoso podemos observar tanto insultos como amenazas, intimidaciones, humillaciones, rechazo, marginación... que se llevan a cabo de manera deliberada con el fin suscitar el miedo en la víctima y aumentar su sensación de inseguridad. Esto hace que su autoestima se debilite.

Acoso social:

El acoso social consiste en dañar la reputación o relaciones de una persona, tratando de humillarla. Incluye mentiras, rumores sobre una persona, bromas hirientes y humillantes para avergonzarla, miradas y gestos amenazantes o menospreciantes, marginación y exclusión social, dejándola de lado de manera intencionada. Además, se suele animar a otros a que no sean sus amigos o dejen de serlo. Frecuentemente, cuando se dan situaciones de acoso social, la persona afectada no está presente, sino que el agresor/es lleva a cabo el acoso a sus espaldas, haciéndolo difícil de reconocer (National Centre Against Bullying [NCAB], s.f).

No obstante, no es imposible detectarlo, pues probablemente la víctima muestre cambios de humor, esté más sola de los normal y trate de evitar los grupos. (García-Allen, s.f)

Acoso cibernético o ciberbullying:

Como se indica en la página web “Ciberbullying”, esta forma de acoso se da en el ámbito virtual mediante el uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) como

ordenadores, móviles y otros dispositivos electrónicos, las cuales permiten que a través de internet se dé el acoso psicológico entre iguales. Los agresores también pueden difundir imágenes comprometidas de la víctima a través de Internet, crear perfiles falsos, etc., con el fin de perjudicarla o avergonzarla. No obstante, debemos tener en cuenta que aquí no intervienen ni los adultos ni los casos de acoso sexual como tal, únicamente un niño o adolescente que hostiga a otro a través de mensajes amenazantes, humillantes e hirientes.

Además, dentro del ciberacoso, Hernández y Solano (2007) consideran dos modalidades: el que funciona como refuerzo de una situación ya existente de acoso escolar y se lleva a cabo en el ámbito cibernético por el mismo agresor, y el que se inicia por primera vez en el ámbito virtual.

Este tipo de acoso se realiza de manera repetitiva con el objetivo de dañar intencionadamente a la persona, y se puede llevar a cabo de manera anónima con el fin de que no se descubra al agresor o agresores. Además, puede darse tanto de manera pública como privada, por lo que muchas veces los únicos conocedores de la presencia de este acoso son el agresor y la víctima, o incluso se pueden difundir fotos o vídeos de la víctima sin que ella misma se entere. (Hernández y Solano, 2007).

Acoso sexual:

De acuerdo con Cuenca (2013), el acoso sexual puede ser provocado por el agresor tanto en el ámbito escolar como en el laboral, tanto de manera verbal como física, manifestándose en forma de comentarios, bromas, rumores sexuales, tocamientos de naturaleza sexual, publicación de fotografías sexuales, comentarios con connotaciones sexuales, etc. Además, la diferencia con los actos de acoso que suceden en la calle es que en el acoso sexual la víctima conoce al agresor.

Acoso laboral o *mobbing*:

Peralta (2006) define el acoso laboral como:

Todo abuso emocional acompañado de conductas agresivas y hostiles que se ejercen de manera constante entre compañeros de trabajo y/o superiores y subordinados, asociado a comunicaciones negativas, de manera sistemática y por un período prolongado de tiempo.

Asimismo, Olmedo y González (2006) señalan que el acoso laboral se produce de manera intencionada hacia cualquier persona independientemente de su género, edad, nacionalidad, raza... con el fin de someterla y que se vea obligada a abandonar su puesto de trabajo.

2.8 ROLES: VÍCTIMAS, AGRESORES Y ESPECTADORES

Son diversos autores los que reconocen tres tipos de protagonistas en las situaciones de acoso escolar. Entre ellos, Collell y Escudé (2006), indican que los roles principales en el *bullying* son: la víctima, el acosador y los espectadores.

No obstante, antes de comenzar a explicar cada uno de estos roles, debemos tener en cuenta la reflexión realizada por Armero, Bernardino y Bonet de Luna (2011), y es que, cualquier persona puede desempeñar estos roles, por lo que no podemos garantizar que las víctimas, los acosadores y los espectadores cumplan siempre con las mismas características en todos los casos de *bullying*. (Véase tabla con características en Anexo 3).

PERFIL DE VÍCTIMA

La víctima es aquella persona que sufre la conducta violenta de una o más personas en el acoso escolar. Avilés (2002) diferencia dos tipos de víctimas:

- Víctimas activas o provocativas: combinan el papel de víctima con el de agresor, por lo que presentan una conducta ansiosa y agresiva, violenta y desafiante, similar a la de los agresores. Estos últimos aprovechan dichas conductas para excusar su comportamiento.

Suelen mostrarse irritantes o tensos con su entorno, provocar reacciones negativas en compañeros y presentar dificultades de concentración. En ocasiones etiquetados como alumnos con hiperactividad.

- Víctimas pasivas (las más frecuentes): se caracterizan por no defenderse ante la agresión y mostrarse inseguros y débiles.

En el estudio realizado por Caballo, Caldero, Arias, Salazar e Irurtia (2012) en 12 colegios de Andalucía no se observaron diferencias entre víctimas chicos y chicas, algo que dista bastante de otras investigaciones en las que se muestra que los chicos sufren más acoso que las chicas (Cabezas y Monge, 2007) o que las chicas sufren más acoso que los chicos (Save the Children, 2016), ya que, las edades en las que se centran cada uno de estos estudios no son las mismas, las zonas tampoco y la cantidad de población que participa en cada uno de varía considerablemente. No obstante, es la ONG Save the Children (2016) la que realiza el estudio a la población más amplia.

Por otro lado, en el informe de la UNESCO (2019) se publican los datos más completos y actualizados sobre el acoso escolar (los cuales han sido obtenidos a través de la participación de 144 países en encuestas mundiales y regionales). Estos datos registran que aproximadamente 1 de cada 3 alumnos en todo el mundo ha sufrido violencia física al menos una vez en el último mes, la cual se da con más frecuencia entre chicos, mientras que entre ellas predomina el acoso psicológico.

Los resultados obtenidos en el estudio realizado por la Fundación Mutua Madrileña y la Fundación ANAR muestran que los niños de 11 a 13 años son los más afectados, pues la mitad de las víctimas se encuentran en esta franja de edad, siendo los 11 años la edad media en la que se da el acoso escolar. No obstante, ya se han registrado casos al inicio de la etapa de educación primaria. (Guiainfantil.com, 2016).

Asimismo, en el estudio realizado por Ávila-Toscano, Osorio, Cuello, Cogollo y Causado (2010) a un grupo de adolescentes de 11 a 16 años de una ciudad de Colombia, se observó que el mayor número de víctimas se encontraba entre los 12 y 13 años.

PERFIL DEL AGRESOR

Aquellas personas que crean relaciones con sus víctimas basadas en el dominio y el sometimiento, a través de la fuerza y su capacidad de liderazgo.

Se dan dos tipos de agresores (Vera, 2010):

- El agresor inteligente (o indirecto): ejecuta sus agresiones de forma indirecta hacia la víctima, ya que está dotado de habilidades sociales y de liderazgo que le ayudan a dar órdenes y manipular a otros para que participen en la agresión y hagan el trabajo sucio. De esta manera, logra encubrir sus verdaderas intenciones.

- El agresor poco inteligente (o directo): lleva a cabo sus agresiones de forma directa hacia la víctima, con el fin de ganarse una posición alta dentro de un grupo y mostrarse como alguien superior a quien respetar. Muestra poca confianza en sí mismo.

De acuerdo con Tregallo (2008), se caracterizan por mostrar un temperamento impulsivo y agresivo; escaso control emocional (no es capaz de controlar su ira y hostilidad hacia los demás); falta de empatía (no se pone en la piel del otro; escasas habilidades sociales (es poco comunicativo y le resulta complicado el consenso en cuanto a necesidades y deseos); sentimiento de culpabilidad. Además, frecuentemente presentan baja autoestima y suelen recurrir a la violencia en la resolución de conflictos (Vera, 2010).

Respecto a las diferencias entre ambos sexos, según el estudio realizado por Ávila-Toscano et al. (2010) en Colombia, suelen darse más casos de agresores en chicos que en chicas, aunque no se dan diferencias significativas. Asimismo, los datos registrados en el informe de Save the

Children (2016), indican que el porcentaje de los estudiantes que se reconocen como agresores tanto en el acoso tradicional como ciberacoso en España, es mayor en chicos que en chicas. Con un porcentaje del 6,3% de chicos frente al 3,5% de chicas en el acoso tradicional, y un 4,5% frente a un 3% en el ámbito virtual.

En cuanto a la edad, los resultados de la investigación de Ávila-Toscano et al. (2010) no indicaron relaciones importantes entre la edad y la condición de agresor, sin embargo, se observó un mayor número de agresores entre 13 y 16 años. Asimismo, los datos proporcionados por Save the Children (2016), apuntan un mayor número de agresores en 1º de ESO (11-12 años) respecto a 2º de ESO.

PERFIL DE LOS ESPECTADORES

Vera (2010) diferencia cuatro tipos de espectadores:

- Cómplices: participan en las agresiones apoyando al agresor.
- Tolerantes: no participan en las agresiones, pero son conscientes de la situación, lo permiten y lo aprueban.
- Neutros: son conscientes de las situaciones de acoso, pero se muestran ajenos a ellas, hacen oídos sordos porque no quieren implicarse en el tema, ya que creen que “la cosa no va con ellos”. De esta manera, también apoyan la agresión.
- Defensores: ayudan y defienden a la víctima, recurren a los profesores para contarles lo que está pasando. Este tipo de espectadores no suele ser muy común.

Salvo los defensores, el resto de los espectadores se caracteriza por no presentar empatía con la víctima y tratar de protegerse a sí mismos manteniéndose callados.

2.9 CONSECUENCIAS

El acoso escolar puede conllevar graves consecuencias, ya que es una época muy delicada en la que es muy importante que la formación de la personalidad se de en unas condiciones sanas y adecuadas para el correcto desarrollo del niño.

Las víctimas no son las únicas que sufren las consecuencias del *bullying*, sino también los agresores y espectadores, afectándolos tanto en el ámbito personal como educativo, social y familiar. No obstante, es cierto que las víctimas suelen ser las más afectadas tanto a corto como a largo plazo, puesto que, este fenómeno llega a marcarles de por vida, especialmente en su autoconcepto y autoestima.

VÍCTIMAS

Las consecuencias que tiene el acoso escolar sobre las víctimas dependen de la modalidad de acoso que sufran (físico, verbal, psicológico, social, etc.) y no podemos garantizar que todas las personas sufran las mismas consecuencias. Frecuentemente, las consecuencias pueden abarcar desde lesiones físicas, ansiedad, miedo, nerviosismo... hasta la depresión, e incluso en el peor de los casos, el suicidio. (Vera, 2010).

De la Serna (2019) señala que el primer síntoma, está relacionado con no querer ir al colegio, la pérdida de interés en las actividades escolares, la disminución del rendimiento escolar, calificaciones más bajas, incluso, la repetición del curso. Y que, entre las consecuencias del acoso, podemos encontrar las siguientes:

- Síntomas relacionados al estrés prolongado. Por ejemplo: dificultades para conciliar el sueño, ansiedad, irritabilidad y ataques de ira sin motivo justificado.
- Síntomas relacionados a la depresión y baja autoestima. Por ejemplo: falta de interés por aquellas actividades en las que solía participar y le interesaban (anhedonia), evitación de

situaciones que impliquen relacionarse con los demás, pasar demasiado tiempo encerrado en casa, perder el apetito y llorar con gran frecuencia.

- Síntomas somatizados: dolor de cabeza, molestias en el pecho o de barriga, ganas de vomitar.
- Síntomas posteriores y en la edad adulta: Algunas víctimas después de sufrir acoso pueden convertirse en agresores de otro niño, consumir sustancia, participar en peleas con frecuencia, cometer actos delictivos, o incluso ser maltratadores de su pareja.

AGRESORES

Los agresores también se verán afectados por las consecuencias del acoso escolar, ya que aumentará su conducta violenta llegando a aceptar en su vida adulta como medio para resolver conflictos. Su falta de responsabilidad, empatía y sensibilización con los sentimientos de los demás les puede provocar dificultades a la hora de relacionarse también en un futuro con otras personas. Además, pueden ser más propensos a consumir alcohol y drogas, meterse en peleas o cometer actos delictivos o incluso criminales.

ESPECTADORES

Los espectadores sufren las situaciones de acoso de manera directa, ya que, aceptan y normalizan las conductas violentas y pueden llegar a pensar que no merece la pena crear relaciones positivas con los demás (Vera, 2010).

La normalización de la violencia supone un aprendizaje hacia aquello que debe hacerse para ser respetado por los demás y una insensibilización hacia el sufrimiento de la víctima. Asimismo, dificulta a los espectadores el reconocimiento de las situaciones de acoso y aumenta el riesgo de que adopten el papel de víctima o el de agresor.

2.10 FACTORES CAUSALES

Muchos de los casos de acoso escolar tienen su origen en el entorno del agresor, sobre todo en el familiar, ya que el principal agente de socialización. A menudo, suelen reproducir los comportamientos y conductas que están habituados a ver en sus casas. No obstante, no debemos generalizar, pues existe una gran cantidad de factores relacionados con la personalidad y otros contextos que pueden influir en el desarrollo de este fenómeno.

Tabla 4. Factores causales del acoso escolar. Elaboración propia a partir de Irurtia, V. Arias, Avilés, y B. Arias (2009) y Rajadell, Pujol y Violant (2005):

	Factores Individuales	Factores Familiares	Factores Escolares	Factores sociales y culturales
Agresor	<ul style="list-style-type: none"> - Escasa o nula empatía - Escaso control y gestión emocional (impulsividad) - Baja autoestima (percepción negativa de uno mismo) y falta de confianza (a veces dada por el entorno familiar o tras veces simplemente es forma parte de la propia personalidad) - Exaltación excesiva de la propia persona (egocentrismo, quiere ser el centro de atención) - Bajo rendimiento escolar (absentismo frecuente o abandono) - Consumo de alcohol y drogas - Trastorno psicopatológico: trastornos de conducta (por déficit de atención con hiperactividad, 	<ul style="list-style-type: none"> - Modelos educativos familiares inadecuados: autoritario, negligente, permisivo (exceso o ausencia de normas) - Ausencia de figura materna o paterna en el hogar - Maltrato intrafamiliar (físico o verbal) - Poca comunicación entre los miembros de la familia - Mala organización del hogar - Se comparte poco tiempo en familia - Formas de vida familiar restringidas en las que se deja la educación al margen de la sociedad y la cultura - Familia disfuncional (no pueden satisfacer las 	<ul style="list-style-type: none"> - Medidas educativas inadecuadas o insuficientes en la sanción de conductas violentas - Ausencia de valores básicos - Transmisión de estereotipos inadecuados - Escaso control del aula por parte del profesorado (vulnerabilidad psicológica del docente) - El maestro no actúa como modelo - Infravaloración y menosprecio social por la labor del profesorado 	<ul style="list-style-type: none"> - Medios de comunicación, series de dibujos y juegos electrónicos a través de: - Falta de valores y responsabilidad en figuras mostradas como modelos a seguir - Contenidos de escasa calidad educativa y cultural - Contenidos violentos - Escasa supervisión de los padres sobre los dibujos animados que ven sus hijos en la televisión - Sensacionalismo en las noticias de contenido violento - Refuerzo social de juegos violentos y escaso refuerzo sobre juegos educativos

	<p>trastorno negativista desafiante...); trastornos de control de impulsos (trastorno explosivo intermitente); o trastornos adaptativos (con alteración mixta de las emociones y el comportamiento)</p>	<p>necesidades materiales, sociales y afectivas de los niños)</p>		
Víctima	<ul style="list-style-type: none"> - Escasas habilidades sociales - Autoestima baja (percepción negativa de uno mismo) - Alto nivel de ansiedad - Físico diferente al de los demás, fuera de lo común y normativo (apariencia física, raza, nacionalidad, color de piel, rasgos culturales...) - Discapacidad - Trastornos psicopatológicos: trastornos de ansiedad (fobias, ansiedad social); trastornos de la conducta (por déficit de atención con hiperactividad, trastorno negativista desafiante...); trastornos de control de impulsos (trastorno explosivo intermitente); trastornos adaptativos (con alteración mixta de las emociones y el comportamiento), trastornos mentales leves. 	<ul style="list-style-type: none"> - Modelos educativos familiares inadecuados (autoritario, negligente) - Poca comunicación entre los miembros de la familia - Formas de vida familiar restringidas en las que se deja la educación al margen de la sociedad y la cultura - Familia disfuncional (no pueden satisfacer las necesidades materiales, sociales y afectivas de los niños) - Alto nivel de exigencia y expectativas poco objetivas 	<ul style="list-style-type: none"> - Escasa participación en las actividades grupales - Escasas relaciones con sus compañeros - Falta de comunicación entre el profesor y el alumno - Imagen social escolar reforzada (niño o niña con buena conducta que no se mete en problemas) - Silencio entre agresor, víctima, compañeros, profesores, centro... - No existe una auténtica figura de autoridad en el centro educativo 	

2.11 EL *BULLYING* EN EDUCACIÓN INFANTIL

De acuerdo con Hamodi y Jiménez (2018), las investigaciones realizadas para la prevención del acoso escolar en todo el mundo confirman que el fenómeno se da principalmente en el contexto de la educación primaria y la secundaria, mientras que en educación infantil esta problemática es poco habitual.

Sin embargo, se han registrado casos, así lo afirma la periodista Lola Rovati (2019) en su página web “Bebés y más”, donde menciona el caso de bullying de un niño de 4 años que había sido ignorado por los profesores de su colegio.

Por ello, que no sea habitual de esta etapa no quiere decir que no se deba actuar en su prevención, puesto que, la etapa preescolar es fundamental para el desarrollo de la personalidad de los pequeños, los procesos de socialización y la adquisición de valores, normas y modelos de conducta (Hamodi y Jiménez, 2018). Además, señalan que para que un programa de prevención sea completamente eficaz, es necesario implantarlo en los primeros años, mantener una constancia durante todo el curso académico y prolongarlo hacia etapas posteriores.

Para poner en marcha la prevención del *bullying* desde educación infantil, se consideran de suma importancia los siguientes aspectos (Hamodi y Jiménez, 2018):

- Trabajo cooperativo: Se caracteriza por la interdependencia y la necesidad de participación de todos los miembros del grupo con la finalidad de lograr el mismo objetivo, desarrollando capacidades de liderazgo en cada uno de ellos.
- Distribución del aula que debe permitir agrupar al alumnado de manera flexible y heterogénea.
- Resolución de conflictos mediante técnicas socioafectivas que favorezcan la convivencia y el desarrollo de la empatía.
- Creación de situaciones en las que se deba llegar a algún consenso entre los alumnos para solucionar problemas y controlar su frustración.

- Trabajo inclusivo dentro del aula con niños con necesidades especiales que normalice las situaciones y favorezca la cooperación y ayuda entre los alumnos.

De igual manera, Ortega y Monks (2005) sostienen que el hecho de que no se suele incluir la etapa de educación infantil en los estudios sobre el acoso escolar no implica que no se haya investigado la agresividad en estas edades.

AGRESIVIDAD EN INFANTIL

La psicóloga María Bustamante apunta que la agresividad infantil llega a su culmen a los 3 o 4 años y se puede manifestar hasta los 6 o 7 años. La aparición de conductas agresivas está estrechamente relacionada con la inmadurez del sistema nervioso central, afectando a la regulación emocional del niño. Dicha inmadurez lo lleva a sentir y manifestar su frustración, miedo o ira ante ciertas situaciones mediante conductas agresivas. No obstante, con el paso del tiempo y con la ayuda de la educación, el niño debe ir aprendiendo a regular y gestionar de una manera más adecuada sus emociones, de modo que, vaya dejando de lado las conductas de cólera. (Bustamante, s.f)

Las causas de la agresividad infantil son muy similares a las del acoso escolar, ya que también aparecen algunas alteraciones en los ámbitos familiar, personal y escolar/social que actúan como refuerzo de dicha agresividad. Las explicaremos de manera breve en la siguiente tabla:

Tabla 5. Posibles causas de la agresividad infantil. Elaboración propia a partir de Bustamante (s.f).

	CAUSAS
Ámbito familiar	- <u>Modelo educativo familiar inadecuado</u> (autoritario, negligente o permisivo): con exceso o ausencia de normas, poca empatía, carencia de muestras de afecto...

	<ul style="list-style-type: none"> - <u>Incoherencia en los valores familiares</u>: se le enseña al niño a no manifestar conductas agresivas pero la familia las suele utilizar con frecuencia (incluso para mostrar autoridad) - <u>Ausencia de constancia en la autoridad</u>: ante conductas agresivas a veces castigan a su hijo y otras veces las ignoran o incluso las refuerzan - <u>Ausencia de consenso entre padres</u>: a veces los padres extrapolan los problemas que tienen entre ellos a la figura de autoridad haciendo que cada uno transmita unas indicaciones diferentes al niño y generando confusión en el pequeño sobre aquello que debe hacer o no. - <u>Restricciones no razonables y excesivas</u>: a veces castigan duramente al niño sin motivo razonable y no se esfuerzan en explicarle por qué lo han hecho. - <u>Escasas habilidades emocionales</u> que dificultan el reconocimiento de sentimientos, la empatía y la gestión de emociones
<p>Ámbito sociocultural</p>	<ul style="list-style-type: none"> - <u>Uso de la agresividad como sinónimo de poder</u>, capacidad de lucha y superación. - <u>Priorizar las motivaciones personales individuales</u> por encima de las sociales. - <u>Excesiva manifestación de la agresividad en los medios</u> que hace que los niños identifiquen, normalicen y se muestren poco empáticos. - <u>Violencia en los dibujos animados</u> - <u>Juegos electrónicos</u> que hacen uso de la agresividad para alcanzar unos objetivos.
<p>Ámbito personal</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Dificultades en las habilidades sociales - La agresividad está estrechamente relacionada con los procesos emocionales e impulsivos - <u>Escasas habilidades</u> para hacer frente a las situaciones frustrantes que fomentan la impulsividad y la agresividad (déficit en habilidades lingüísticas) - Mala nutrición, estrés y otros problemas de salud específicos

*INVESTIGACIÓN SOBRE LA NATURALEZA DE LA AGRESIVIDAD
INJUSTIFICADA ENTRE PREESCOLARES*

Se mostrarán los resultados obtenidos en el estudio realizado por Ortega y Monks (2005) sobre la naturaleza de la agresividad injustificada en niños de 4 a 6 años. (Véase tabla en Anexo 4)

ALGUNAS TEORÍAS RELACIONADAS CON EL COMPORTAMIENTO INFANTIL

La teoría del aprendizaje social de Bandura (Aprendizaje por observación o modelado)

Bandura (1975) señala que una mayor exposición a modelos agresivos tiende a influir en la persona y sus interacciones sociales de manera más negativa que aquella persona que observa con mayor frecuencia estilos pacíficos de conducta. Asimismo, afirma que: “Ver que otros agreden genera activación emocional en los observadores”.

Por lo tanto, la conducta moral se aprende a través de la observación de los comportamientos que tienen las personas que forman parte del entorno del niño. Muchas de ellas actúan como modelo influyente en él, sobre todo los de su entorno más cercano (padres, profesores, amigos, o incluso dibujos de la televisión), pues observa sus comportamientos y los imita. No obstante, observar modelos agresivos no garantiza un inmediato aprendizaje, puesto que puede ocurrir que no observen las características principales o que se olviden de lo que habían observado. (Bandura, 1975). Por lo tanto, para aprender una conducta no basta solo con observar, sino que es fundamental prestarle atención, del caso contrario, el propio aprendizaje por observación fracasará. (Ruiz, 2010)

Además, Bandura (1975) añade que la respuesta positiva o indiferente ante una agresión, transmite al niño la idea de que dicha conducta es aceptable, incluso aplaudible. Esto puede provocar que el niño la imite y la repita, tanto si es él quien lleva a cabo la conducta como si observa las consecuencias en otra persona.

Por este motivo, decimos que tanto el refuerzo como el castigo son factores determinantes en el aprendizaje de los niños, pues condicionan por completo la forma de concebir aquello que es bueno de lo que es malo. Así lo afirma Kohlberg en su teoría sobre el Desarrollo de la Moral:

Desarrollo de la moral según Kohlberg y Piaget

De acuerdo con Jordán (s.f) y Villegas (1998), Piaget y Kohlberg afirman que el desarrollo moral evoluciona a lo largo de la vida y que cada etapa se caracteriza por un método diferente de razonamiento moral: Piaget se centra en el respeto por las reglas y las concepciones de justicia, divide el desarrollo de la moral en dos etapas: moralidad heterónoma y moralidad autónoma, pero incluye también una etapa previa: la etapa premoral, asociada a los primeros cinco años de vida y caracterizada por la carencia de respeto o interés hacia las normas sociales. Kohlberg, su discípulo, las completa, dividiendo el desarrollo de la moral en tres etapas: preconvencional, convencional y posconvencional. Piaget sitúa a los niños de preescolar en la etapa premoral y en la de la moral heterónoma. Mientras que Kohlberg los sitúa en la etapa preconvencional.

De acuerdo con estos autores, podemos concluir que los niños de la etapa infantil se caracterizan por:

Moralidad controlada por reglas externas:

- Obedecen al adulto, ya que consideran que las normas de la autoridad son “sagradas”. Si ven a algún compañero comportarse mal con otro, van corriendo a contárselo a la profesora. Actúan de esta manera porque obedecen la norma de contar la verdad, pero no por tener interiorizado el principio de lealtad hacia su compañero.
- Obedecen las reglas para evitar los castigos y obtener recompensas y elogios, y no porque entiendan la finalidad de la regla en sí.
- Entienden que las acciones que se castigan son malas y las acciones que se recompensan son buenas. Por lo que, la educación ofrecida por los padres y la escuela influye mucho en la creencia del niño sobre lo correcto y lo incorrecto.
- Consideran que el mundo es justo por naturaleza y castiga a aquellas personas que hacen algo malo (justicia inmanente).
- Consideran el castigo como una venganza que sirve para hacer sufrir al culpable (justicia retributiva).
- Otorgan importancia mucha más importancia a las consecuencias que a la propia intención.
- Reconocen la diferencia entre un acto con buena intención que resulta mal y un acto con mala intención. Sin embargo, consideran más importante la gravedad de las consecuencias que la intención de una acción. Es decir, los puede llevar a creer que un acto malintencionado de un compañero hacia otro no se considera daño, respecto a un acto con buena intención, pero con consecuencias negativas mayores.

Por lo tanto, podríamos llegar a la conclusión de que si un niño recibiese un empujón de manera intencionada sin sufrir daños, podría no darle importancia y mantenerse callado, sin embargo, en el caso de que un compañero tropezase con él sin darse cuenta y lo tirase al suelo haciéndole un chichón, sería probable que tanto el propio niño como los espectadores fueran corriendo a contárselo a un adulto o que incluso el niño fuera el que respondiese verbal o físicamente a la agresión.

Lo mismo sucede con las mentiras, pues los más pequeños consideran que una mentira es más grave cuando se desvía en mayor medida de la realidad, por lo que juzgan si una mentira es más o menos mala por su contenido y no por las intenciones que han llevado a esa persona a mentir. A esto se le denomina responsabilidad objetiva y se observa hasta los 7 años.

Beneficio propio:

Depende del estadio de la etapa preconventional en el que se encuentran, los niños actúan desde una perspectiva social egocéntrica (sin tener en cuenta los intereses ajenos) o desde una perspectiva social individualista (buscan aquello que les beneficie a ellos mismos considerando un intercambio de favores: “si le presto mi juguete, me dejará el suyo”). La perspectiva más egocéntrica puede generar conflictos entre los iguales.

2.12 IMPORTANCIA DE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL

Los datos que se han ido registrando a lo largo de los años sobre la alta prevalencia del acoso escolar en centros escolares de todo el mundo, hacen necesaria la implantación de programas de prevención que nos ayuden a combatir el *bullying* de la manera más eficaz posible.

Muñoz-Prieto (2017) sostiene que las estrategias psicoeducativas destinadas a la prevención del acoso escolar deben apoyarse en una correcta Educación Emocional que permita al niño la adquisición de capacidades emocionales para conocerse mejor a sí mismo y a los demás. La

Educación Emocional posibilita una educación basada en el respeto, la tolerancia, la responsabilidad de compartir con los demás, así como la experiencias positivas y negativas que ayudarán a los niños a reflexionar, crecer y madurar.

Respecto al acoso escolar, la autora destaca que un niño dotado de inteligencia emocional será capaz de afrontar mejor una situación de acoso, puesto que al saber gestionar tanto los propios sentimientos como los ajenos, contará con las herramientas para actuar y hacerle frente. Pero para ello, será necesario formar a los niños en la empatía y sensibilización ante este tipo de situaciones, así como en el conocimiento sobre el fenómeno del acoso escolar, sus consecuencias y las estrategias de afrontamiento que podemos utilizar. Asimismo, desde el ámbito familiar, se debe dotar a los pequeños de principios morales y valores éticos.

Como señala Bisquerra (2011): “La educación emocional es una respuesta a las necesidades sociales que no están suficientemente atendidas en el currículum académico ordinario.” Con esto, pretende hacernos reflexionar sobre el analfabetismo emocional al que nos enfrentamos en muchas ocasiones y que es, en gran parte, responsable de la ansiedad, la depresión, el estrés, el consumo de estupefacientes, los suicidios y también la violencia. Todos estos problemas pueden desaparecer a través del desarrollo de competencias emocionales, las cuales define como: “el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para tomar conciencia, comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales.”

También habla de la ira como emoción básica y como aspecto desencadenante de la violencia existente en nuestra sociedad (violencia juvenil, acoso escolar, violencia de género, etc.). Explica que la rabia, el enfado, la indignación, el odio, la cólera, etc., forman parte de esta emoción y muchas veces son los causantes de situaciones conflictivas y de violencia.

Este es el motivo principal por el cual hago hincapié en la educación emocional como forma de prevención de la violencia, ya que, si conseguimos que los niños desde pequeños aprendan a regular su ira, serán capaces de enfrentarse a situaciones complicadas sin tener que llegar a perder los estribos.

No obstante, el desarrollo de competencias emocionales no es inmediato, sino que requiere años de formación, la cual debe estar presente en todas las edades desde educación infantil hasta la formación de adultos y personas mayores, incluyendo también el ámbito social en todos sus aspectos, puesto que, para formar de manera eficaz a los niños en el ámbito emocional, necesitamos que su entorno también lo esté.

Por otro lado, algo que me resultó muy interesante leer en Bisquerra (2011), fue la diferencia entre la facilidad con la que experimentamos emociones negativas y el esfuerzo que nos supone buscar las positivas, y a veces, ni siquiera damos con ellas. Las emociones positivas son la base del bienestar subjetivo, y éste a su vez es la finalidad de la educación emocional. Y, por lo tanto, concluye que para crear las emociones positivas y construir el bienestar es necesario ser capaces de regular nuestras emociones negativas y favorecer las positivas. Además, menciona la relación existente entre la educación moral y la emocional: los niños diferencian aquello que es bueno o malo dependiendo de la emoción que les haga sentir. Por ejemplo: perciben que sentirse querido o aceptado en un grupo es algo bueno porque les produce satisfacción, por el contrario, sentirse rechazado por un amigo o triste por la pérdida de un ser querido, lo consideran algo malo. Aquí vemos cómo las emociones que experimentan influyen en el reconocimiento de aquello que les gusta y consideran moralmente bueno, y aquello que no les gusta y consideran moralmente malo.

De igual manera, el autor afirma que, en un caso de *bullying*, si tratamos de ayudar al niño en la toma de conciencia del mal comportamiento que ha tenido, es probable que despertemos en él la compasión y empatía por la víctima, y posteriormente, el sentimiento de culpa y vergüenza por el daño provocado.

“Solamente a partir de un comportamiento moralmente aceptable es posible el bienestar emocional” (Bisquerra, 2011).

CAPÍTULO III. PROGRAMA DE INTERVENCIÓN EN LA PREVENCIÓN DEL ACOSO ESCOLAR

Este programa de intervención se centra en la prevención de conductas violentas en la etapa de Educación Infantil que pueden dar lugar al acoso escolar. Es cierto que en la etapa de Educación Infantil no se suelen dar casos de *bullying* con la misma frecuencia que se dan en las etapas de Educación Primaria o Secundaria. No obstante, se pueden observar conductas agresivas que si no se frenan pueden condicionar el desarrollo de los niños y convertirlos en agresores, víctimas o espectadores de futuros casos de acoso escolar. Por lo que debemos adelantarnos al problema y centrar nuestra atención en llevar a cabo propuestas de prevención que logren evitar este problema.

La propuesta está dirigida al 3º nivel de la etapa de Educación Infantil, concretamente a los alumnos de 5 y 6 años y a las familias, las cuales al igual que el profesorado, recibirán una formación previa a la puesta en práctica en el aula. Para la formación docente, se realizarán reuniones con los docentes que se encarguen de la puesta en práctica del programa y el equipo para introducirles el programa y que así, se familiaricen con él.

A lo largo de las sesiones se trabajarán la inteligencia emocional, el conocimiento de sí mismo y la autoestima, las habilidades sociales, el autocontrol y la importancia del grupo, además de valores como el respeto, el compañerismo o la solidaridad, con el fin de reducir actitudes y comportamientos agresivos.

Las actividades se planificarán considerando el momento evolutivo en el que se encuentran los niños, así como su desarrollo cognitivo, moral y emocional, puesto que a estas edades entienden el bien y el mal en función de lo que es recompensado o castigado, lo que hace que el concepto de lo correcto y lo incorrecto se vea influenciado por su entorno familiar. Asimismo, obedecen las reglas para evitar el castigo y no porque entiendan las reglas en sí mismas. Por consiguiente, consideran las consecuencias por encima de las intenciones, llevándolos a creer que una persona es más o menos mala dependiendo del tamaño/cantidad de las consecuencias de

sus actos, sin llegar a considerar sus intenciones. Esto hace que sea esencial para este programa la enseñanza sobre la diferencia entre un accidente y una mala conducta.

Por estos motivos, y de acuerdo con Heredia (2013), será necesario trabajar en situaciones que representen dilemas morales con el objetivo de que los niños reflexionen sobre sus propias vivencias y sentimientos, pues el razonamiento moral del que hablan Piaget y Kohlberg, lo podemos estimular planteando situaciones problemáticas en las que sea necesaria la discusión y el diálogo con el fin de desarrollar el juicio moral y entender diferentes puntos de vista.

Además, también se tendrá en cuenta la influencia que ejercen los dibujos animados en el aprendizaje de determinadas conductas, pues basándonos en la Teoría del aprendizaje social de Bandura, tanto las familias, como los profesores y los dibujos que ven los pequeños, pueden condicionar su manera de comportarse, ya que ven en ellos modelos que imitar.

Así lo afirma Grosso (2018) en *La Voz*, donde hace referencia a los estudios que confirman que los estímulos visuales y auditivos (programas de televisión, los contenidos de canciones y otros medios) tienen gran influencia en el desarrollo intelectual y emocional en las personas, sobre todo en los niños más pequeños, ya que, dichos contenidos, valores, creencias e ideas sobre la realidad pasan desapercibidos por el consciente y se anclan en el subconsciente. Asimismo, las conductas violentas que muestran algunos personajes (ya sea el matón, el héroe...) tanto a nivel físico como psicológico o sexual, pueden llegar a ser normalizadas e imitadas por los niños y adolescentes a la hora de resolver conflictos. También pueden alterar el control emocional, provocar ansiedad, irritación... Así como los estereotipos sexuales pueden afectar a la autoestima e identidad.

Hoy en día, tal y como señala la terapeuta Clotilde Sarrió (2017), existe una tendencia de los padres a pensar que los dibujos animados son beneficiosos para los niños y no suponen ningún tipo de peligro para su desarrollo. Sin embargo, los dibujos animados transmiten mensajes subliminales sobre violencia, xenofobia, estereotipos sexuales, roles de género, etc., que pueden llegar a influir de manera negativa en las conductas de los pequeños.

Tanto neurólogos como psiquiatras advierten sobre el importante papel que tienen los padres a la hora de elegir el tipo y la calidad de los contenidos que ven sus hijos, quienes deben prestarles mucha atención con el fin de guiarlos hacia un positivo desarrollo integral, compartiendo más tiempo en familia y realizando otro tipo de actividades relacionadas con el juego, la naturaleza, etc. De esta manera, fomentaremos la relajación y se logrará poner en armonía las emociones (Grosso, 2018).

Así pues, con el fin de tener conocimiento sobre las influencias que reciben los niños a través de los dibujos de televisión, se va a llevar a cabo una encuesta sobre los dibujos animados más exitosos de la televisión: *Miraculous: Las aventuras de Ladybug*, *La Patrulla Canina* y *Peppa Pig*. Para ello, me ha servido de gran ayuda el trabajo realizado por De Miguel (2019) sobre la influencia acerca de la influencia de los dibujos de *Ladybug* y *Peppa Pig*, pues gracias a su análisis, he podido conocer en profundidad las características, comportamientos y valores que transmite cada uno de los personajes para así llevar a cabo mi propuesta.

Se ha de destacar que las sesiones planteadas en este programa de prevención se han orientado hacia la educación emocional debido a la influencia que tiene la inteligencia emocional en la evitación de conductas violentas. Por ello, vamos a hacer referencia a la definición de inteligencia emocional que propone Teruel (2000) como:

Una forma de interactuar con el mundo, que tiene en cuenta los sentimientos y que, entre otras, engloba cualidades emocionales como la capacidad de adaptación, las habilidades sociales, la empatía, el autocontrol, la autoconsciencia o conocimiento de sí mismo, el entusiasmo, la automotivación personal, la asertividad, la perseverancia, la amabilidad, el respeto... (p.142).

La autora hace referencia a los beneficios que tiene la inteligencia emocional en los niños, pues estudios muestran que los niños con mayor inteligencia emocional tienen más confianza en ellos mismos, son más felices y gozan de un mayor rendimiento académico. Además, el campo de las emociones está suscitando cada vez más interés debido al poder que tiene la educación emocional para combatir los problemas a los que nos enfrentamos hoy en día, entre ellos la violencia infantil.

Por otro lado, cabe destacar la importancia de la formación del profesorado en las competencias socioafectivas. Fernández, Palomero y Teruel (2009) señalan que las más relevantes para el maestro son:

- Autoconocimiento, autorregulación emocional, capacidad para expresar las emociones y tener equilibrio emocional, con el fin de transmitir a sus alumnos un modelo estable y armónico de comportamiento emocional, ayudándoles así a conocerse a sí mismos, reconocer sus emociones, comprenderlas, gestionarlas, expresarlas y regularlas.
- Autoestima: El maestro debe tener una imagen ajustada de sí mismos y una autoestima positiva con el fin de ser un modelo para sus alumnos.
- Empatía: El maestro debe ser capaz de ponerse en el lugar de los alumnos y sensibilizarse con ellos, pero para ello, debe conocerse a sí mismo y ser capaz de reconocer sus propios sentimientos. Como afirman los autores: “Sólo así el educador se convierte en persona digna de confianza para sus alumnos y en modelo de empatía y escucha”. Además, es muy importante que el maestro comparta sus emociones y experiencias porque de esta forma los alumnos se darán cuenta que los adultos también sienten, viven, tienen miedos, etc.
- Motivación: La ilusión y el interés son indispensables para que el maestro se sienta motivado. El maestro debe saber ver las cosas buenas de las personas y del entorno que lo rodea, y enfrentarse a las dificultades que se puedan encontrar en el camino para poder dotar a sus alumnos de las mismas estrategias. El maestro debe enseñar a sus alumnos a reajustar sus expectativas con el fin fomentar la confianza en sí mismos y la automotivación.
- Resiliencia: maestro como “tutor de resiliencia”, quien se debe encargar de proteger, mostrar apoyo y ayudar al alumno para que pueda superar las adversidades y recuperar el equilibrio emocional perdido.

- Asertividad y habilidades sociales: el maestro debe tener la capacidad de establecer relaciones para favorecer la convivencia a través de la comunicación asertiva con el fin de ayudar a los niños a saber expresar sus intereses y opiniones defendiendo sus derechos y respetando al mismo tiempo los de los demás.
- La capacidad para cooperar, trabajar en equipo y colaborar con el entorno: El maestro debe cooperar y trabajar en equipo, dialogar, ponerse de acuerdo, compartir ideas y desarrollar proyectos en equipo. Pues, de lo contrario, un maestro que tiene dificultades a la hora de relacionarse y comunicarse con los demás, también tendrá dificultades para conducir a los niños a la adquisición de valores como la amistad, confianza, trabajo en equipo, etc.
- Capacidad de afrontamiento y resolución de conflictos interpersonales: Es fundamental que el maestro reflexione sobre la propia gestión y resolución de conflictos en su día a día, de manera que trate de solventarlos de una manera constructiva. Asimismo, debe ser consciente de que la resolución pacífica de conflictos, la aceptación de errores y el choque de opiniones son necesarios para crecer personalmente y avanzar como sociedad, mostrándoselo así a sus alumnos.
- Capacidad para tomar decisiones: Si el maestro posee dicha capacidad, podrá ayudar al alumno para que se escuche a sí mismo y tome decisiones propias siendo consciente de sus límites. Le preguntará qué prefiere antes de tomar la decisión, cuáles son las razones que lo llevan a tomar esa decisión y qué siente después de haber tomado la decisión, de manera que aprenda que no todos los motivos son igual de válidos, que las decisiones implican consecuencias y que debemos responsabilizarnos de ellas sin echar la culpa a los demás.
- Capacidad para afrontar el cambio y la incertidumbre: el maestro que sea capaz de afrontar los cambios de la sociedad de manera positiva actuará de modelo para que los niños perciban los cambios como oportunidades para crecer personalmente.

- Tener una actitud positiva ante la vida: el maestro que se sienta orgulloso de su vida y de su profesión, tenga ganas de aprender y sea capaz de alegrarse por los logros de sus alumnos será también capaz de despertar en ellos la ilusión y la motivación por aprender.

Tal y como señala Cohen (2006): “Las habilidades, el conocimiento y las disposiciones socioemocionales proporcionan la base para la participación en una democracia y una mejor calidad de vida”.

Es por todo ello por lo que considero que la educación emocional nos da motivos más que suficientes para integrarla no solo en el ámbito escolar sino también en nuestras vidas, y por supuesto, en los programas de prevención del *bullying*.

3.1 OBJETIVOS DEL PROGRAMA DE INTERVENCIÓN

Objetivos generales: Desarrollar habilidades socioemocionales en los alumnos con el fin de dotarlos de competencias emocionales que permitan frenar las conductas problemáticas y disminuir el riesgo de que desempeñen alguno de los roles del *bullying* o ciberbullying.

Objetivos específicos:

Dirigidos a la comunidad educativa: Concienciar a la comunidad educativa sobre la importancia de prevenir el acoso escolar en las aulas para evitar posibles casos de *bullying* y ciberbullying en el futuro. Involucrar y formar a los docentes y a las familias en el programa de prevención, concienciándolos de la importancia de su colaboración. Construir y reforzar una relación positiva y cercana entre escuela y familias.

Dirigidos al alumnado:

- Sensibilizar al alumnado sobre el *bullying* y ciberbullying, y su diferencia con el conflicto
- Enseñar a intervenir y resolver conflictos de manera positiva, promoviendo la importancia del grupo como herramienta para ello
- Fomentar el trabajo en equipo
- Desarrollar actitudes de respeto y empatía en los alumnos, creando lazos de amistad entre ellos.
- Dotar a los alumnos del conocimiento y el respeto sobre su cuerpo, concienciándolos de sus capacidades
- Trabajar la inteligencia emocional con el fin de dotar al alumnado de las competencias que le permitan reconocer sus emociones y gozar de autocontrol y bienestar emocional, potenciando la autoestima de forma positiva
- Potenciar las habilidades sociales, la relación entre iguales y con su entorno
- Enseñar a convivir en armonía
- Ser capaces de crear y cumplir las normas del aula

Además, estos objetivos están relacionados con los objetivos del currículum del segundo ciclo de Educación Infantil (Véase tabla en Anexo 5) y con los objetivos del programa finlandés anti-acoso escolar *KiVa*. (Véase tabla en Anexo 6)

3.2 AGENTES QUE INTERVIENEN

Este programa de prevención implicará a toda la comunidad educativa del centro. Intervendrá tanto el equipo directivo (director del centro, jefe de estudios y secretario) como el equipo docente (profesores y profesoras que impartan clases a los niños de 3º de Educación Infantil) y las familias dispuestas a participar en el programa. Además, en las sesiones intervendrán profesionales especializados en acoso escolar y los profesionales del programa que se va a desarrollar.

Como dice la siguiente frase de Henry Brooks Adams: “Los profesores afectan a la eternidad, nadie puede decir dónde se termina su influencia”, pues, es esencial que el profesorado esté formado en educación emocional para que goce de condiciones emocionales óptimas y evitar que afecte de manera negativa al proceso de enseñanza y aprendizaje de los alumnos.

En cuanto a los alumnos, este programa de prevención se llevará a cabo en 3º de Infantil, en niños de 5 y 6 años, ya que tanto su desarrollo cognitivo como emocional ha evolucionado y respecto a los dos primeros niveles, tienen más conocimiento en el ámbito emocional.

3.3 METODOLOGÍA DE LA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

El programa de intervención que se va a desarrollar atenderá a los Principios metodológicos generales del currículo de Aragón de Educación Infantil (ORDEN de 28 de marzo, 2008):

Se lleva a cabo una metodología activa basada en aprendizaje cooperativo y colaborativo, atendiendo a la diversidad, fomentando la participación de la comunidad educativa en el proceso de aprendizaje del alumnado (con la participación de los docentes y familias que lo deseen), y atendiendo al principio de flexibilidad de estructura, tiempos y espacios.

Se tiene en cuenta el enfoque globalizador e integrador, de modo que se trata de incorporar las distintas experiencias, vivencias y percepciones de los niños en su proceso de enseñanza y aprendizaje. Por lo tanto, desde un enfoque constructivista y una metodología participativa, partiremos de los conocimientos ya incorporados y los intereses de los agentes con el fin de adquirir los conocimientos esperados. El papel activo que adoptarán los niños les permitirá relacionar e integrar la nueva información con los conocimientos previos y experiencia personal, de tal manera que, construyan y reconstruyan sus propios conocimientos para aplicarlos en las situaciones de su vida cotidiana.

Por ello, podemos decir que nos basamos en un aprendizaje vivencial, significativo y funcional. Por ejemplo, para saber sus conocimientos previos, se les puede preguntar sobre las emociones que conocen, para qué se usan, cómo se sienten en ese momento, etc.

La metodología que se va a seguir atenderá a las características y necesidades de los niños de 3° de infantil, por lo que, las tareas se adecuarán a ellos y tendrán una fácil adaptación a cualquier necesidad educativa especial. Además, será directiva, de modo que, los docentes y profesionales adoptarán el papel de ser los guías del proceso de aprendizaje del alumnado. Asimismo, será necesaria la formación del profesorado, por lo que, en ella, el profesional que dirija la formación adoptará un papel de guía y mediador hacia los participantes, mientras que el docente del centro pasará a desempeñar el rol del alumno.

Durante esta formación se les proporcionará unas herramientas o pautas con las que deberán construir su conocimiento. Las clases serán tanto teóricas como prácticas. Se propondrán diferentes actividades y escenarios en los que tendrán que ponerse en el lugar del alumno, empatizar y adquirir el conocimiento que les ofrece dicha vivencia para poder transmitírsela posteriormente a sus alumnos.

La metodología del programa será cualitativa, es decir, a través de la observación se recogerá información no numérica para su posterior interpretación. Se realizará un seguimiento del programa de prevención, tratando de evaluar las conductas agresivas a lo largo de todo el programa (antes, durante y después), tanto en el aula como en casa con la ayuda de las familias. Estas valoraciones se comentarán en las reuniones que se lleven a cabo durante todo el proceso (a las cuales se asistirá de manera voluntaria) tanto en las de los tutores con las familias como en las reuniones entre los docentes y profesionales que impartan el programa. Se convocarán cada dos sesiones con el fin de realizar un seguimiento respecto al trabajo realizado tanto en el aula como en casa. De este modo se intercambiarán experiencias y se informará de los problemas que surgen en ambos ámbitos y los resultados obtenidos en la práctica., de modo que se dé una comunicación completa y continua entre los participantes del programa con el fin de mejorar y buscar soluciones a las problemáticas que se presenten. Además, este enriquecimiento permitirá

mejorar la intervención del profesorado y aportará herramientas a las familias para afrontar posibles situaciones en el futuro. Para ello, se utilizará la observación directa, las anotaciones en un diario de aula y un sociograma infantil.

En cuanto a la distribución del aula, se llevará a cabo de modo que, los docentes puedan tener una visión completa de todos los alumnos para atenderlos en cualquier momento. Asimismo, esta disposición permitirá que los alumnos puedan ayudarse entre sí.

Se recurrirá bastante a la organización y trabajo en grupo, de manera que, se desarrollarán aspectos como el trabajo en equipo, el compañerismo, el respeto, la empatía y valores de la amistad. Se propiciarán las situaciones dinámicas en las que el alumno tenga que vivenciar diferentes situaciones para que aprendan qué experiencias dan los estados emocionales (*role playing*), haciendo hincapié en los conceptos sobre estados de ánimo, emociones y sentimientos y aportando estrategias de afrontamiento y regulación emocional, tanto a los alumnos como a los docentes y familias que participen. La colaboración de las familias será muy importante, puesto que, favorecerá la comprensión emocional.

También se trabajarán actitudes que promuevan la empatía y los comportamientos altruistas con la finalidad de crear relaciones interpersonales de calidad que garanticen una buena convivencia.

La metodología se ajustará al ritmo de cada uno de los participantes. Para ello, es necesaria la facilitación de técnicas que partan de las sensaciones, actitudes y vivencias de los sujetos, y que sean dinamizadoras, interactivas, lúdicas, motivadoras, creativas y flexibles. Por lo tanto, antes de comenzar con la primera sesión, los niños deberán rellenar una encuesta sobre los dibujos animados que están más de moda entre los más pequeños: *Ladybug*, *La Patrulla Canina* y *Peppa Pig*, puesto que, serán contenidos que formarán parte de las sesiones que se desarrollarán posteriormente. Los resultados de estas encuestas nos permitirán saber si los niños conocen estas series, cuáles son los personajes más y menos queridos, cómo consideran que actúan esos

personajes ante los conflictos (valorando el concepto de lo correcto y lo incorrecto) y, cómo actuarían ellos ante determinadas situaciones problemáticas.

ENCUESTA PREVIA

La encuesta se divide en tres partes, las cuales corresponderán a cada una de las tres series de dibujos animados, por lo que las preguntas, a pesar de ser las mismas en las tres partes (salvo la última pregunta de cada parte), irán orientadas al contenido que ofrezca cada uno de los dibujos. La encuesta contendrá un total de 21 preguntas, de modo que, cada parte le corresponderá 7 preguntas. Las últimas preguntas de cada parte estarán estrechamente relacionadas entre sí.

Nos encontraremos con dos tipos de preguntas: aquellas cuya respuesta se limita a un “sí” o un “no” y aquellas cuya respuesta se basa en la elección de personajes y de situaciones. Con el objetivo de crear una encuesta más atractiva, visual, sencilla y rápida para los niños, se utilizarán iconos o dibujos que representen las diferentes opciones de respuesta. Por ejemplo, las preguntas con respuestas afirmativas o negativas se responderán rodeando uno de los dos iconos de manos: la mano verde con el pulgar hacia arriba representará un “SÍ” y la mano roja con el pulgar hacia abajo representará un “NO”. Las preguntas que hagan referencia a la elección de algún personaje se responderán rodeando o tachando una o varias de las imágenes sobre estos. Y, por último, las preguntas que hagan referencia a la resolución de conflictos se deberán contestar rodeando una de las posibles situaciones que se presenten (agredir físicamente, verbalmente a través de insultos y gritos, contándoselo a un adulto o dialogando con la persona), las cuáles también estarán representadas mediante imágenes. (Véase encuesta en Anexo 7)

SESIONES

Después de realizar la encuesta, se procederá con las sesiones. Las sesiones se dividirán en tres partes: 1) *Desmentimos las falsas creencias de Eusebio* 2) *¿Qué tipo de persona estamos dispuestos a ser?* 3) *Elijo quererme, quererte y ayudarte.*

La primera parte constará de cuatro sesiones orientadas a desmontar algunas de las falsas creencias sobre el acoso escolar en la sociedad y hacerles comprender las consecuencias que conlleva. Contaremos con la participación voluntaria de las familias. La primera sesión se iniciará con un vídeo sobre un muñeco que representa a un hombre llamado Eusebio (el vídeo será grabado previamente por los profesionales) quien les realizará unas preguntas sobre las dudas que tiene acerca del acoso escolar, puesto que Eusebio representa esa parte de la sociedad que tiene un concepto erróneo sobre el acoso escolar y sigue creyendo que se trata de un simple juego de niños. Estas harán referencia a cada uno de los mitos del *bullying* que han sido mencionados en este trabajo con el fin de que los niños aclaren las dudas de Eusebio y desmonten esas falsas creencias. Las preguntas serán las siguientes: *¿Creéis que el acoso escolar son solo golpes y empujones? ¿Creéis que el acoso escolar es un juego? ¿Y una broma? ¿Todos los niños resuelven sus problemas acosando a otros? ¿Es cierto que todos los acosadores son niños y que no hay ninguna niña? ¿Pensáis que el acoso escolar hace mucho o poco daño a las personas? ¿Pueden acosar los adultos o solo los niños? ¿Hace mucho tiempo que existe el acoso escolar o lo habéis creado los niños de ahora? ¿Creéis que el niño que sufre acoso escolar es porque no tiene amigos y porque siempre está callado?*

Al finalizar las cuatro sesiones, los niños responderán a Eusebio a través de un vídeo demostrándole todo lo que han aprendido. Formarán grupos de tres y cada grupo deberá decir varias frases relacionadas con un mito (los mitos se repartirán de manera aleatoria). Serán los profesionales y docentes quienes graben el vídeo con una cámara. Para ello, será necesario obtener previamente la autorización de las familias.

Además, recurriremos a los dibujos animados más vistos por los pequeños y a otros contenidos que ya se explicarán con más detalle en cada una de las sesiones. Tanto niños como padres participarán activamente en el aula y realizarán un trabajo extra en casa con el objetivo de integrar mejor los aspectos trabajados durante las sesiones.

La segunda parte estará basada en el libro *“Ratones, Dragones y Seres Humanos Auténticos”*, y constará de dos sesiones dedicadas a diferenciar los tipos de persona que podemos ser. Y la

tercera parte incluirá las cuatro sesiones restantes que irán dirigidas a la construcción de la persona que queremos ser a través del reconocimiento de las emociones tanto propias como ajenas, la empatía, la positiva valoración de uno mismo y de los demás, y las formas en las que podemos ayudar a otras personas.

Además, basándonos en los vigilantes del recreo que propone el programa KiVa, los niños desempeñarán el rol de “Protectores del Bienestar” a lo largo de todo el programa. Cada sesión, dos o tres niños (dependiendo del número de niños del aula) serán los nuevos “Protectores del Bienestar” de todos sus compañeros hasta la próxima sesión, y se encargarán de ayudar a resolver los conflictos que surjan en el aula de manera responsable. Los niños podrán acudir a ellos si no saben cómo resolver un conflicto. Serán fácilmente reconocibles porque llevarán un chaleco reflectante.

SOCIOGRAMA

En cuanto a sociograma, se aplicará tanto al principio como al final del programa, lo que permitirá que podamos observar la evolución de las relaciones entre los iguales durante todo el proceso. Los resultados nos llevarán a conclusiones relacionadas con el nivel de popularidad y rechazo de cada niño. Nuestro sociograma estará inspirado en una herramienta online basada en el juego (*Buddytool*). No obstante, nuestro sociograma no se realizará de manera online ni se regirá estrictamente por las características de *Buddytool*, ya que, esta dinámica está planteada para niños mayores de 7-8 años y es necesaria su adaptación a niños de 5 y 6 años.

Consistirá en un sociograma impreso en el que aparezcan unos personajes que representen a cada uno de los alumnos del aula y una tabla con una serie de preguntas asociadas a las relaciones entre los iguales que atenderá a los aspectos positivos y negativos de las interacciones que se dan entre los niños del aula. A través de las imágenes, los niños podrán identificar a cada uno de los personajes mediante el nombre y una pegatina que caracterice a ese personaje, de modo que, cada niño estará asociado con una pegatina de tamaño, forma y color diferente a las del resto (corazón morado, sol amarillo, luna azul, rayo naranja, triángulo verde, rombo morado,

nube azul, cruz naranja...). En la tabla aparecerán las preguntas a la izquierda y a la derecha las respuestas. Para responder a las primeras preguntas, se ofrecerán unas caritas las cuales deben rodear según su respuesta: una carita sonriente verde si quieren responder con un “sí”, una carita triste roja si es un “no” o si la respuesta es un “más o menos” pueden rodear la carita naranja. En las preguntas siguientes, los niños deberán responder a su derecha colocando la pegatina del niño/a al que se quiere referir.

El sociograma infantil nos permitirá sacar conclusiones sobre quiénes son los líderes y los favoritos de la clase, los más rechazados y los que reciben agresiones verbales o físicas. (Véase sociograma en Anexo 8)

3.4 TEMPORALIZACIÓN / SECUENCIACIÓN

Este programa de intervención se llevará a cabo a lo largo del primer y el segundo trimestre (desde septiembre hasta abril). Se dedicará el primer trimestre a la formación del profesorado (septiembre-noviembre) y las últimas cuatro semanas a la formación de las familias (noviembre-diciembre). El segundo trimestre se dedicará a la puesta en práctica del programa en el aula de 5 años, el cual se desarrollará en 10 sesiones (febrero-abril). No obstante, se emplearán dos sesiones más: una previa para realizar el sociograma y la encuesta sobre los dibujos animados, y la otra sesión al final del programa en la que se volverá a evaluar a través del mismo sociograma.

(Véase cronograma en Anexo 9)

1º trimestre

Se llevará a cabo la formación del equipo directivo y el equipo docente que vaya a impartir el programa en sus aulas y participar en él. Los talleres de formación englobarán tanto el bullying en el ámbito escolar como en el social o tecnológico (*ciberbullying*):

Tabla 9. Formación del equipo directivo y equipo docente. Elaboración propia.

SESIÓN 1	<ul style="list-style-type: none"> - Presentación del <i>bullying</i> - Conocimientos previos y falsas creencias, con el fin de desmontarlas y reflexionar sobre ellas. - Identificar a las personas implicadas (agresor, víctima y espectadores)
SESIÓN 2	<ul style="list-style-type: none"> - Tipos de acoso - Causas, síntomas y consecuencias (se presentarán también casos reales de bullying)
SESIÓN 3	<ul style="list-style-type: none"> - Importancia de la sensibilización en el ámbito educativo y papel del maestro - Tomar conciencia de los valores que transmitimos a través del comportamiento - Educar en igualdad y actitudes de respeto por la diversidad (género, raza, nacionalidad, orientación sexual)
SESIÓN 4	<ul style="list-style-type: none"> - Importancia de la autorregulación y gestión emocional en las personas - Importancia del reconocimiento de emociones en los demás - Reflexión personal sobre la gestión de las propias emociones, debate y conclusiones
SESIÓN 5	<ul style="list-style-type: none"> - Importancia de la capacidad de resolver conflictos de manera asertiva - Reflexión personal sobre los métodos de resolución de conflictos, debate y conclusiones
SESIÓN 6	<ul style="list-style-type: none"> - Cómo prevenir el <i>bullying</i> desde el ámbito educativo a través de la educación emocional: estrategias y recursos - Escenificación de situaciones de acoso escolar en las que tengan que representar los diferentes roles, los tipos y formas de acoso y las estrategias de intervención por parte del profesorado.
SESIÓN 7	<ul style="list-style-type: none"> - Presentación de las sesiones con los niños en el aula.

En las sesiones de formación dirigidas a las familias se tratarán ambas formas de acoso, tanto el acoso tradicional (o *bullying*) como el ciberacoso (o *ciberbullying*). Se realizarán 4 sesiones. Cada una durará 2 horas y serán impartidas por los profesionales del programa, aunque participarán también los propios docentes del centro, puesto que, ya se habrán familiarizado bastante con el tema.

- 1ª sesión: Se presentará el programa, se realizarán preguntas para saber los conocimientos previos de las familias sobre el *bullying* y se reflexionará sobre las falsas creencias. Además, se expondrán vídeos sobre diferentes campañas y casos de acoso escolar.
- 2ª sesión: se realizará una charla informativa y se hablará sobre la importancia de la implicación y colaboración de la comunidad educativa, incluidas las familias, así como de la importancia de la educación emocional y la influencia que tienen los dibujos en el aprendizaje de comportamientos.
- 3ª sesión: Se proporcionarán estrategias para prevenirlo y/o intervenir. Además, crearán situaciones dinámicas y escenarios en los que las familias también deban ponerse en la piel de los diferentes roles implicados en el acoso escolar.
- 4ª sesión: Se realizará un repaso de los conceptos abordados, debate, reflexiones y conclusiones. Y, por último, se explicarán las sesiones que se van a llevar a cabo con los niños en el aula.

En cada una de las sesiones se ofrecerán herramientas para poder trabajar en casa los conceptos y contenidos del programa, se resolverán dudas y se contarán las experiencias.

2º trimestre

Después de estas sesiones, a partir de febrero, se pondrá en práctica el programa de intervención en el aula:

- Se repartirán las 12 sesiones de manera que en febrero se lleven a cabo 4 sesiones (incluida la previa), en marzo 4 y en abril otras 4 (incluida la final).
- Las actividades correspondientes a cada sesión durarán aproximadamente 45 minutos. No obstante, pueden ser flexibles y adaptarse a las necesidades percibidas dentro del aula,

dedicando más tiempo a aquellos aspectos que susciten mayor interés y motivación en los niños.

- Las sesiones atenderán a un orden coherente y progresivo, de manera que se vayan incluyendo contenidos nuevos y repasando los ya impartidos para finalmente, dotarlos de una buena formación.
- Se tendrán en cuenta sus conocimientos previos; se presentará el problema; se informará sobre él; se informará sobre el protocolo de actuación; se llevarán a cabo dinámicas en las que tengan que representar situaciones y empatizar; se les dotará de herramientas, pautas, recursos y materiales para hacer frente al *bullying*; se lanzarán preguntas, se crearán situaciones en las que tengan que resolver conflictos; se debatirá y, además, se reflexionará conjuntamente.

3.5 RECURSOS

Tabla 10. Recursos que se emplearán en las sesiones con los niños. Elaboración propia.

	Materiales	Didácticos	Humanos
<i>SESIÓN PREVIA</i>	- Internet - Ordenadores - Gomets - Lápices	- Herramienta <i>Buddytool</i> - Sociograma impreso - Encuesta impresa sobre dibujos animados	- Profesionales del programa - Tutor/a y docentes frecuentes del aula
1ª SESIÓN	- Ordenador - Proyector - Pizarra, tizas	- Vídeo de Eusebio - Imágenes sobre diferentes formas de acoso (plastificadas y en el ordenador) - Tarjetas plastificadas “SÍ/NO” - Cuento sobre el acoso escolar: “ <i>La decisión de Marina</i> ”	- Profesionales del programa - Tutor/a y docentes frecuentes del aula
	- Ordenador - Proyector	- Vídeos sobre resolución conflictos en dibujos animados (familias)	- Tutor/a y docentes frecuentes del aula

2ª SESIÓN		<ul style="list-style-type: none"> - Vídeo “<i>El puente - ¿Cómo resolver conflictos?</i>” - Vídeo “<i>Ayudando a los niños a resolver conflictos.</i>” - Cortometrajes o vídeos de dibujos animados que traten el bullying (familias) 	- Familias
3ª SESIÓN	<ul style="list-style-type: none"> - Papel de tamaño grande - Lápices, bolígrafos, pinturas - Internet 	- Imágenes plastificadas sobre las emociones de <i>Inside Out</i> .	
4ª SESIÓN	<ul style="list-style-type: none"> - Ordenador - Proyector - Cámara de vídeo 	<ul style="list-style-type: none"> - Vendas para los ojos - Cuento “<i>La cabeza de colores</i>” - Vídeo para Eusebio 	
5ª SESIÓN		<ul style="list-style-type: none"> - Imágenes plastificados del dragón y el ratón - Tarjetas plastificadas con características del dragón y el ratón - Fotos plastificadas de los niños 	<ul style="list-style-type: none"> - Profesionales del programa - Tutor/a y docentes frecuentes del aula
6ª SESIÓN		<ul style="list-style-type: none"> - Cuento escrito “<i>Alicia y Juan</i>” - Sobres azul y amarillo con notas - Dibujos para colorear al dragón y al ratón - Temperas amarilla y azul - Sobres verdes - Imagen plastificada del Ser Humano Auténtico - Cartelitos plastificados con las características propias de los Seres Humanos Auténticos 	
7ª SESIÓN	<ul style="list-style-type: none"> - Ordenador - Proyector - Aros grandes de colores 	<ul style="list-style-type: none"> - Canción online sobre las emociones - Caja misteriosa de las emociones (previamente elaboradas) - Tarjetas con emociones de alegría, tristeza, enfado, asco, sorpresa y miedo 	
8ª SESIÓN	<ul style="list-style-type: none"> - Tijeras - Pegamento - Rotuladores - Ordenador - Proyector 	<ul style="list-style-type: none"> - Vídeo sobre las emociones de “<i>Inside Out</i>” - Purpurina amarilla - Botellas de la calma (botellas, agua, purpurina amarilla, etc.) - Botequín de la alegría (caja de zapatos) - Gafas en forma de corazón (cartulinas) 	<ul style="list-style-type: none"> - Profesionales del programa - Tutor/a y docentes frecuentes del aula

9ª SESIÓN	- Ordenador - Proyector	- Espejo - Ceras	
10ª SESIÓN		- Cuento “ <i>Monstruo pequeño dice ¡No!</i> ”	- Profesionales del programa - Tutor/a y docentes frecuentes del aula - Familias
<i>SESIÓN FINAL</i>	- Gomets - Lápices	- Sociograma impreso	- Profesionales del programa - Tutor/a y docentes frecuentes del aula

3.6 SESIONES

1ª SESIÓN

La primera sesión girará en torno a desmontar los siguientes mitos:

- “El acoso escolar es únicamente violencia física”
- “El acoso escolar forma parte del juego y las bromas entre niños”

En base a los anteriores mitos, se les preguntará a los niños cómo tratan a los demás y cómo no les gusta ser tratados. Con la ayuda de los padres, saldrán diferentes formas de maltrato entre iguales y se irán apuntando en la pizarra. Al lado de cada una de ellas se pegarán imágenes que representen dichas situaciones. A continuación, se les preguntará si han oído alguna vez hablar del acoso escolar y se llevará a cabo una explicación sencilla sobre el fenómeno apoyándonos de imágenes que representen cada uno de los roles y modalidades de acoso escolar. Después, los profesionales del programa escenificarán varias situaciones de acoso físico, acoso verbal, psicológico y exclusión social entre niños, tanto de manera directa como indirecta. Tanto niños como padres deberán señalar las situaciones que consideran acoso escolar y las que no, mostrando unas tarjetas en las que aparezca un “SI” y un “NO” a cada lado, y explicarán por qué. Entre todos llegarán a la conclusión de que el acoso escolar no se da únicamente en forma de

empujones y palizas, sino también en forma de insultos, desprecios, rumores, etc., y que sean menos visibles, no quiere decir que se deban ignorar.

Por último, para terminar de desmontar ambos mitos, se tratará de realizar una diferencia entre las bromas que pueden surgir entre amigos y las agresiones deliberadas que se llevan a cabo hacia otro niño por ser diferente. Para ello, se presentará cuento online titulado “*Cuento sobre el acoso escolar en los niños. La decisión de Marina*”, que trata de Pablo, un niño que sufre acoso escolar por parte de sus compañeros, quienes le ponen motes, se ríen y se burlan de él por ser diferente. Cada vez que los agresores insulten o hagan sentir mal al protagonista los niños tendrán que gritar “¡NOOOOO!”. Se pretenderá que los niños identifiquen las agresiones, empaticen con el protagonista, y se den cuenta de que esos comentarios no hacen gracia porque hieren a la persona que los recibe. Además, se analizarán los personajes y se tomará ejemplo de Marina, la niña que, al ver sufrir a Pablo, decide defenderlo y explicar a sus agresores que su comportamiento está haciendo mucho daño al niño, logrando que entren en razón. Con este cuento, se llegará a la conclusión de que todos tenemos virtudes y defectos que deben ser aceptados y respetados por los demás, y si vemos a alguien que no lo hace no debemos dudar en ofrecer nuestra ayuda al niño que está sufriendo, y si no podemos solos, podemos pedir ayuda a padres y profesores.

2ª SESIÓN

La segunda sesión girará en torno a desmontar los siguientes mitos:

- “El acoso escolar es normal a la hora de resolver conflictos”
- “El acoso escolar solo lo provocan los chicos, las chicas no”

Para desmontar el primer mito de la sesión, se les habrá pedido que lleven ese día varios vídeos sobre cómo se resuelven los conflictos en los dibujos o películas que ven sus hijos. Se analizarán los vídeos, se preguntará a los niños cómo han solucionado esos conflictos y si ellos lo habrían hecho de otra manera. Se compararán unos patrones con otros y se llegará a la

conclusión de que la violencia no debe formar parte (en ninguno de sus ámbitos) de la resolución de conflictos, y, por lo tanto, no se debe normalizar.

Si no han traído recursos suficientes, se expondrán y se analizarán dos vídeos sobre la forma que tienen los personajes de resolver conflictos. En el primero, se contrastarán las dos formas para resolver el conflicto de cruzar el puente: el oso y el alce no llegan a un acuerdo y utilizan la agresión física para deshacerse del mapache y el conejo, mientras que éstos buscan una solución para poder cruzar los dos el puente. En el segundo, Elmo dialoga con sus compañeros y busca una solución para poder jugar todos juntos.

Seguidamente, se realizarán unas secuencias sobre ambos vídeos y las tres maneras de resolver conflictos que aparecen. Se dividirá a los niños en grupos de tres y entre ellos deberán ponerse de acuerdo para hacer la secuencia que les haya tocado.

En segundo lugar, también se les habrá pedido para esta sesión que busquen junto a sus hijos cortometrajes o dibujos animados en los que aparezca algún caso de *bullying*. En primer lugar, se les realizará una serie de preguntas a los niños sobre quiénes molestan más a otros, si son los niños o las niñas, y qué tipo de agresiones han observado. A los padres se les realizará la misma pregunta, si creen que la mayoría de los abusos son chicos o chicas, y cuál es la agresión más típica en cada caso. A continuación, se proyectarán los vídeos que hayan traído y se llegará a la conclusión de que no son solo los chicos quienes practican el acoso escolar, sino que las niñas también pueden hacerlo.

3ª SESIÓN

- “Acosar o ser acosado no implica consecuencias dañinas duraderas”
- “Las situaciones de acoso solo se dan entre niños”

Para desmontar el primer mito, la dinámica que llevaremos a cabo consistirá en realizar pequeños agrupamientos de padres y agrupamientos de niños. Cada grupo tendrá un papel grande en el que cada miembro del grupo escribirá algún aspecto negativo que le haga sentir mal. Los niños tendrán que dibujar aquello que no les gusta que los demás les hagan (por ejemplo: gritarles, pegarles, etc.) A continuación, cada uno arrugará la parte del papel sobre la que ha escrito o dibujado hasta formar entre todos una gran bola arrugada. A continuación, jugarán a pisotear y lanzarse la bola entre ellos. Se les pedirá que deshagan esa bola, se les preguntará que le ha sucedido y por qué ahora ha adoptado ese estado. Seguidamente, deberán intentar quitarle las arrugas y devolver la bola de papel al estado que se encontraba en un principio. Se darán cuenta de que es muy complicado. Se les explicará que lo mismo pasa con el corazón de las personas.

No obstante, para que entiendan que no todos los actos que tienen consecuencias negativas deben ser castigados por igual, sino que debemos considerar las intenciones y objetivos que llevan a la persona a actuar de determinada manera. Para ello, los profesionales con la ayuda de algún niño escenificarán una situación en la que el papel accidentalmente sea pisoteado y manchado. Por ejemplo, representarán a un niño que está felizmente andando por la calle con un dibujo que acaba de hacer en el colegio, pero se tropieza por la calle, se le cae el dibujo al suelo y un señor que va haciendo deporte se lo pisa sin querer. Los niños se darán cuenta de que el dibujo también queda arrugado y sucio. Ahora bien, se les preguntará por qué han destrozado en un primer momento el papel y qué sentían cuándo jugaban con él y lo pisoteaban. Se llegará a la conclusión de que lo habían hecho por diversión, para jugar y pasárselo bien. De la misma manera, se les preguntará qué ha pasado con el dibujo que se le ha caído al niño y por qué se ha dañado con el fin de hacerles entender que ha sido un simple accidente porque ni el niño ni el señor querían destrozarse el dibujo. Así pues, esta actividad servirá para hacerles entender la diferencia entre los daños provocados por diversión o para conseguir lo que queremos y los daños que provocamos sin darnos cuenta. De esta manera, trataremos de que sean conscientes de que el nivel de gravedad de los actos depende de las intenciones y objetivos de la persona y no únicamente de sus consecuencias, por lo que si dañamos a otra por diversión es más grave que si lo hacemos sin querer.

A continuación, se preguntará a los niños si creen que los adultos tienen problemas con otros adultos y cómo creen que los solucionan. Se llegará a la conclusión de que algunos adultos también se comportan mal con otros en sus trabajos y les hacen sentir tristes, como los niños que sufren acoso escolar.

Para finalizar, se llevará a cabo una actividad en la que los niños deberán averiguar qué les sucede a los adultos. Por parejas o pequeños grupos de padres representarán varias situaciones que conlleven una emoción diferente (miedo, tristeza, ira, alegría y asco). En el medio de la asamblea se colocarán imágenes sobre las emociones de la película *Inside Out*. Los niños deberán reconocer las emociones que les transmite cada situación y asociarlas con la imagen de la emoción correspondiente.

4ª SESIÓN

Durante esta sesión vamos a desmontar los siguientes mitos:

- “El *bullying* es un fenómeno novedoso”
- “La víctima solo es el niño tímido con pocos amigos”

Los profesionales iniciarán esta sesión con los ojos vendados y harán las siguientes preguntas: chicos, no os veo, ¿estáis ahí? ¿cómo puede ser posible que estéis aquí si no os veo? Seguramente, algún niño le proponga quitarse la venda de los ojos, por lo que el profesional pedirá ayuda a algún niño para que le quite la venda: “*¡Es verdad! ¡Estáis aquí! Sólo tenía que quitarme la venda de los ojos para poder veros.* Después, el profesional se pondrá de espaldas a los niños y comenzará a hablar “No os veo chicos, ¿seguís ahí?”. Los niños responderán que sí, y el profesional insistirá “No, porque no veo a ningún niño de infantil en esta aula. Me pregunto dónde se habrán metido...” Cuando los niños le digan al profesional que se gire para que pueda verlos, les dirá que se tapen las manos con los ojos hasta que no vean nada. Se colocará a los niños delante de un objeto y se les preguntará: “*¿Qué hay delante de vosotros? ¿Veis algo?*” Ellos dirán que no, y cuando abran los ojos se darán cuenta de que había un objeto enfrente.

Estas preguntas serán necesarias para llegar a la conclusión de que debemos prestar mucha atención a nuestro alrededor porque podríamos estar ante una situación de acoso y no darnos cuenta. Con estos ejemplos, también se pretende que entiendan que el acoso escolar ha existido siempre en las escuelas, pero mucha gente miraba hacia otro lado y hacían como si no hubieran visto nada.

En cuanto al segundo mito, empezaremos hablando del sentimiento de envidia hacia otras personas. Se les preguntará a los niños si alguna vez se han sentido mal por no tener un juguete que otro niño tiene. A continuación, leeremos *“La cabeza de colores”*, un cuento que los invitará a reflexionar sobre este tema y nos permitirá hilar el sentimiento de envidia con las conductas violentas hacia otro niño, ya que algunos acosadores hacen daño a sus víctimas porque tienen envidia de ellas y piensan que son “mejores que ellos” en algún aspecto de sus vidas (sacar mejores notas, tener más amigos o tener una vida diferente a la suya). Esto nos llevará a dos conclusiones: que los agresores pueden atacar a cualquier persona, independientemente de si es un niño tímido o con pocos amigos; y que debemos dejar de lado la envidia y empezar a alegrarnos por los logros de los demás. Finalmente, grabaremos el vídeo para Eusebio.

5ª SESIÓN “¿SOMOS DRAGONES O RATONES?”

En un primer momento, los niños se sentarán en asamblea y se colocará en la pizarra los dibujos plastificados de un dragón y un ratón. A continuación, se les preguntará si conocen las características físicas y personales de los dragones y de los ratones, y los niños irán colocando estos aspectos debajo de cada dibujo. Las características estarán impresas y plastificadas. Después, dirán cuál es su preferido y por qué. Se les explicará que hay personas que también se comportan como ratones y dragones. A continuación, dirán con cuál se identifican más y colocarán sus fotos plastificadas en una de las dos columnas. Si no se identifican con ninguno de los, podrán colocar sus fotos en el medio.

Por último, deberán explicar uno por uno en qué situaciones se han comportado como un ratón y como un dragón, si creen que han actuado bien o mal y cómo creen que se han sentido los demás.

6ª SESIÓN “¿SOMOS SERES HUMANOS AUTÉNTICOS?”

Actividad 1: Cuento “Alicia y Juan”

Se leerá el cuento de “*Alicia y Juan*” en alto y se les pedirá que resuelvan el final. (Véase cuento en Anexo 10)

Actividad 2: “El abrazo del dragón y el ratón”

En este momento, los niños tendrán que ayudar a Alicia y Juan a convertirse en mejores personas, por lo que se les mostrará el sobre azul de Juan y el sobre amarillo de Alicia. En primer lugar, abrirán el sobre azul y en su interior aparecerá una nota en la que ponga lo siguiente: “LA RESPUESTA ESTÁ EN EL COLOR DEL ABRAZO ENTRE EL DRAGÓN Y EL RATÓN”. A continuación, se les preguntará si se acuerdan de qué colores eran el ratón (azul) y el dragón (amarillo), y qué color saldría si mezcláramos los dos colores (verde), lo que representaría el abrazo entre el ratón y el dragón.

Los niños se dividirán en 4 grupos y cada uno de ellos deberá pintar de verde los dibujos de un dragón y de un ratón. Para ello, tendrán que mezclar un bote de tempera azul y otro bote de tempera amarilla y descubrirán que la mezcla de estos dos colores hace que se transformen en un solo color: el verde. Por lo tanto, la conclusión a la que llegaremos es que la respuesta está en el color verde. Pero debemos seguir investigando.

Actividad 3: “Descubrimos a los Seres Humanos Auténticos”

Dentro del sobre amarillo aparecerá otra nota en la que se indique lo siguiente “LOS NIÑOS DE 3° DE INFANTIL TIENEN QUE BUSCAR LOS SOBRES DEL COLOR DEL ABRAZO ENTRE EL DRAGÓN Y EL RATÓN. FIRMADO: LOS SERES HUMANOS AUTÉNTICOS”.

A continuación, se les preguntará a los niños qué creen que es un ser humano auténtico y deberán buscar los sobres verdes que se habrán distribuido previamente por el aula. Cada uno de los sobres tendrá en su interior un cartel plastificado con una característica propia de los seres humanos auténticos.

Para finalizar esta sesión, los niños deberán colocar estos carteles entre los del ratón y el dragón y se llegará a la conclusión de que si Alicia y Juan se comportan de manera asertiva, empática y respetuosa dejarán de ser un dragón y un ratón para convertirse en un SER HUMANO AUTÉNTICO.

(Véase resultado final en Anexo 11).

7ª SESIÓN “¡ADIVINA LO QUE SIENTO!”

La sesión comenzará con una canción sobre las emociones que pueden sentir ante determinadas situaciones (alegría, tristeza, enfado, asco, sorpresa, miedo):

A continuación, pensarán y escribirán aquello que les hace sentir esas emociones y lo meterán en la caja misteriosa de las emociones (esta caja habrá sido creada previamente por los profesionales). Los niños irán saliendo al centro de la asamblea uno por uno e irán cogiendo un papelito de la caja misteriosa. Tendrán que representar la emoción que les provoca ese mensaje y el resto deberá reconocerla, decirla en alto y levantar la tarjeta de la emoción correspondiente. Después, los niños aportarán alternativas a aquellas situaciones que les hacen sentir una emoción negativa para que se convierta en una positiva. Por ejemplo, “¡Qué mal hueles!” se puede convertir en “¡Qué bien hueles!”

Para finalizar esta sesión, los niños formarán seis grupos y se colocarán uno en cada parte del aula. Cada grupo representará una emoción y se identificará con el color de un aro grande. La profesora nombrará una emoción y sacará la tarjeta de un color que corresponde a otra emoción. El primer grupo deberá ir representando su emoción hasta el sitio donde se encuentra el segundo grupo, quienes se contagiarán de esta emoción. Cuando se contagien deberán intercambiarse las emociones y el sitio. De esta manera, todos se contagiarán de todas las emociones.

8ª SESIÓN “CONTROLO MI IRA, MI TRISTEZA Y MI MIEDO CON UNA PIZCA DE ALEGRÍA”

Se presentarán las emociones de la película “*Inside Out*” a través de un vídeo, y nos centraremos en la ira, la tristeza, el miedo y la alegría. Se hablará sobre ellas y nos apoyaremos con imágenes. Les preguntaremos a los pequeños si recuerdan las primeras sesiones en las que aprendieron cosas sobre el *bullying* y qué personas estaban implicadas. Relacionaremos la ira con el agresor, la tristeza con la víctima y el miedo con el espectador, de manera que así podamos llegar a las siguientes conclusiones:

- Si tenemos un exceso de ira en nuestro interior podemos terminar comportándonos como un agresor, y para evitarlo debemos saber controlar nuestro enfado.
- Si las personas con ira insultan y pegan a otras, estas se convierten en personas muy tristes, así que, para evitar que se sientan así, debemos decir siempre cosas bonitas a los demás.
- Si las personas no ayudan a las tristes porque temen mucho a la ira de otras personas, les impedirá ser valientes y ayudar a los demás, así que, y para evitar eso debemos perder el miedo a la ira y empatizar con los demás.

Explicaremos que para conseguir todo eso, un grupo de niños realizarán las botellas de la calma para esas personas que sientan ira en algún momento; otro realizará un botiquín de la alegría para aquellas que se sientan tristes, y el tercer grupo realizará unas gafas grandes en forma de corazón que les permitan armarse de valor, abrir bien los ojos y mirar desde el corazón.

El componente de la alegría será purpurina amarilla con la que decoraremos los tres objetos.

9ª SESIÓN “QUIERO A MI CUERPO Y VEO LO BUENO DE LOS DEMÁS”

Los niños se colocarán de pie en la asamblea y se mirarán a un espejo. Tendrán que expresar cuáles son sus características físicas y qué es lo que más les gusta de ellos mismos (tanto física como personalmente). Después, se dibujarán con ceras en el espejo.

A continuación, los niños se distribuirán por toda el aula, y la profesora describirá las características físicas de uno de ellos sin decir el nombre. El primer niño que adivine de qué niño o niña se trata, deberá ir corriendo a darle un abrazo y decirle algo bonito de su físico y de su personalidad.

Para finalizar se llegará a la conclusión de que todos tenemos características diferentes, nos debemos respetar y querer tal y como somos.

10ª SESIÓN “MONSTRUO PEQUEÑO DICE ¡NO!” (OBRA DE TEATRO)

Se preparará y desarrollará una obra sobre el cuento infantil “Monstruo pequeño dice ¡NO!”. Este cuento enseña a los niños a decir que NO al abusón y atreverse a expresar cuando un mal comportamiento no les gusta. Esto puede ayudar también al abusón a darse cuenta de que no está teniendo un buen comportamiento y debe mejorar.

CONCLUSIÓN

Como he podido aprender durante la realización de este trabajo, el *bullying* forma parte de la realidad de los colegios de todo el mundo desde hace mucho tiempo. Es un hecho indiscutible, ya que no es más que el reflejo de la sociedad violenta en la que vivimos.

Estamos rodeados de conductas violentas que a menudo quedan ancladas en nuestro subconsciente y nos pueden hacer actuar de manera indeseada. Desde pequeños estamos recibiendo diversos estímulos que hacen que vayamos entendiendo nuestro entorno y nos adaptemos a él, haciendo que adquiramos determinadas actitudes que observamos en los principales agentes socializadores, que son la familia, la escuela y los amigos con los que nos relacionamos. Asimismo, los medios de comunicación también adquieren gran importancia en la transmisión de creencias, modelos, estereotipos, valores, comportamientos y formas de afrontar los problemas.

No obstante, las causas del fenómeno no están estrictamente definidas, y mucho menos generalizadas, puesto que cada caso de *bullying* es diferente, entran en contacto personas con todo un mundo de influencias que hace difícil detectar el verdadero origen de las conductas violentas. Asimismo, no existe un perfil de víctima concreto que permita reconocer a simple vista a la persona afectada. Sin embargo, si observamos e indagamos en los diferentes ámbitos de la vida de la víctima y del agresor, podremos obtener información muy valiosa que nos permita entender ciertos comportamientos. De la misma manera, podremos encontrar indicadores que sean motivo de sospecha.

Por ello, desde la escuela se debe prestar atención a cualquier síntoma que traspase los límites de lo normal y actuar con eficacia e inmediatez en su intervención. Y por supuesto, se debe educar a toda la comunidad educativa en la prevención del acoso escolar, puesto que la responsabilidad de sensibilizar recae sobre ella.

Es necesario hablar abiertamente sobre el tema y que la escuela muestre disponibilidad en todo momento con el fin de garantizar el bienestar del alumnado que debe sentirse seguro en su entorno escolar.

Además, no debemos olvidarnos de la gran labor que hace la educación emocional no solo en la prevención de las conductas violentas sino también en el crecimiento personal que supone la formación en inteligencia emocional, habilidades socioafectivas, reconocimiento tanto de las propias emociones como de las ajenas permitiendo el desarrollo de la empatía hacia los demás, la autorregulación y gestión emocional, resolución de conflictos, asertividad, afrontamiento de las adversidades de la vida, etc.

Son muchos los beneficios que proporciona la educación emocional, por lo que es necesaria empezar a trabajarla desde los primeros años de vida y continuar durante todo el ciclo vital. De igual manera, es esencial la formación de los docentes, pues son los encargados de desarrollar y mantener el equilibrio emocional en sus alumnos, hecho que será complicado conseguir si se carece de todas estas habilidades y competencias.

Mencionando a los programas de prevención del acoso escolar que se han realizado anteriormente en base a la educación emocional, podemos señalar varios de ellos que coinciden con los objetivos que se pretenden lograr con este programa y que han servido de inspiración:

“Propuesta de prevención del *bullying* mediante la educación emocional” de Vallés (2019) y “El *bullying* desde sus raíces en infantil: detección y prevención” de Garcés (2018).

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Armero, P., Bernardino, B. y Bonet de Luna, C. (2011). Acoso escolar. *Pediatría Atención Primaria*, 13(52), 661-670.
- Asociación Canaria No al Acoso Escolar. (2014). *Falsos mitos del bullying*. Recuperado de <https://www.acanae.org/falsos-mitos-bullying-acoso-escolar/>
- Ávila-Toscano, J. H., Osorio Jaramillo, L., Cuello Vega, K., Cogollo Fuentes, N. y Causado Martínez, K. (2010). Conducta bullying y su relación con la edad, género y nivel de formación en adolescentes. *Psicogente*, 13(23), 13-26. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/4975/497552355002.pdf>
- Avilés, J.M. (2002). Intimidación y maltrato entre el alumnado. *Stee-Eilas*. Recuperado de https://www.bienestaryproteccioninfantil.es/imagenes/tablaContenidos03SubSec/BULLYING_Intimidacion_Maltrato_entreAlumnado.PDF
- Bandura, A. (1975). Análisis del aprendizaje social de la agresión. En A. Bandura y E. Ribes (Eds.), *Modificación de Conducta. Análisis de la agresión y la delincuencia* (p. 307-350). México: Trillas.
- Barrios, A. (2016). Concepciones de conflictos interpersonales y desarrollo moral en la educación infantil brasileña. *Revista de Psicología*, 34(2), 261-291. <http://dx.doi.org/10.18800/psico.201602.002>
- Bisquerra, R. (Coord.) (2011). *Educación Emocional: Propuestas para educadores y familias*. Bilbao: Desclée De Brouwer, S.A.
- Bustamante, M. (s.f). *Agresividad infantil: qué significa y cómo se controla*. Recuperado de <https://centta.es/infantil/agresividad-infantil-significa-se-controla>

- Caballo, V. E., Caldero, M., Arias, B., Salazar, Isabel. C., y Irurtia, M. J. (2012). Desarrollo y validación de una nueva medida de autoinforme para evaluar el acoso escolar (*Bullying*). *Behavioral Psychology/Psicología Conductual*, 20(3), 625-647.
- Cabezas Pizarro, H. y Monge Jiménez, I. (2007). Maltrato entre iguales en la escuela costarricense. *Revista Educación*, 31(1), 135-144.
- Cohen, J. (2006). *Social, Emotional, Ethical, and Academic Education: Creating a Climate for Learning, Participation in Democracy and Well-Being*. *Harvard Educational Review*, 76(2), 201-237.
- Collell, J., y Escudé, C. (2006). El acoso escolar: un enfoque psicopatológico. *Anuario de Psicología Clínica y de la Salud = Annuary of Clinical and Health Psychology*, 2, 9-14.
- Cuenca, C. (2013). El acoso sexual en el ámbito académico. Una aproximación. *Revista de la Asociación de Sociología de la Educación*, 6(2), 426-440. Recuperado de <https://ojs.uv.es/index.php/RASE/article/view/8670/8213>
- Daniel Novoa. (2017, abril 30). Educación e Inteligencia Emocional. Emociones básicas o primarias. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=83MzL3YGR3M&list=TLPQMTQwNjIwMjBasqLkZISHRw&index=17>
- De la Serna, J. M. (2019). *Síntomas y consecuencias del acoso escolar o bullying*. Recuperado de <https://www.webconsultas.com/bebes-y-ninos/psicologia-infantil/consecuencias-del-acoso-escolar-o-bullying-12636>
- De Miguel, A. (2019). *La influencia de los contenidos televisivos infantiles de “Prodigiosa: Las aventuras de Ladybug” y “Peppa Pig” en 1º y 2º de Educación Primaria*. (Tesis doctoral no publicada). Universidad Complutense de Madrid, Madrid.

- Di Lorenzo, M. (2012). Nuevas formas de violencia entre pares: del bullying al cyberbullying. *Revista Médica del Uruguay*, 28(1), 48-53. Recuperado de http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1688-03902012000100007&lng=es&nrm=iso
- Educa Preesco. (2015, febrero 18). *Resolución de Conflictos*. El Puente. [Vídeo]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=ZgaidCmzfHk>
- EITB (2 de mayo de 2020). El confinamiento no acaba con el acoso escolar, que se agudiza ahora en las redes. *EITB*. Recuperado 17 junio 2020, de <https://www.eitb.eus/es/noticias/sociedad/detalle/7206342/dia-internacional-acoso-escolar-2020-tiempo-coronavirus/>
- Embajada de Finlandia (s.f). KiVa Programa finlandés anti-acoso escolar. Recuperado de <https://madrid.fi/wp-content/uploads/2015/04/Educacio%CC%81n-en-Finlandia-KIVA.pdf>
- Equipo de Expertos Universidad Internacional de Valencia. (2015). *Falsas creencias sobre el bullying*. Recuperado de <https://www.universidadviu.es/falsas-creencias-sobre-el-bullying/>
- Escribano, C. (2020). *Ciberacoso en confinamiento: cómo detectarlo y ayudar a los niños*. Recuperado de <https://www.serpadres.es/familia/tiempo-libre/articulo/ciberacoso-en-confinamiento-como-detectarlo-y-ayudar-a-los-ninos-441588932240>
- Fernández, M. R., Palomero, J. E. y Teruel, M. P. (2009). El desarrollo socioafectivo en la formación inicial de los maestros. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 12(1), 33-50. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=217015332003>
- Fuentes, S. I. (2019, mayo 3). ¿Conflicto o violencia?: El conflicto es esencialmente un proceso natural de la sociedad y un fenómeno necesario. *La República*. Recuperado de <https://www.larepublica.co/analisis/sandra-i-fuentes-martinez-512656/conflicto-o-violencia-2857823>

- Garcés, L. (2018). *El bullying desde sus raíces en infantil: detección y prevención* (Trabajo de Fin de Grado no publicado). Universidad de Zaragoza Campus de Huesca, Aragón.
- García-Allen, J. (s.f). *Los 5 tipos de acoso escolar o bullying: ¿Qué clases de bullying existen y cuáles son los rasgos característicos de cada uno?* Recuperado de <https://psicologiaymente.com/psicologia/tipos-acoso-escolar-bullying#:~:text=El%20bullying%20verbal%20o%20acoso,a%20este%20tipo%20de%20comentarios.>
- García, E. M. y Magaz, A. (1998). *Ratones, Dragones y Seres Humanos Auténticos*. COHS, Consultores en Ciencias Humanas, S.L. (Grupo ALBOR-COHS).
- Grosso, D. I. (2018). El poder del amor: Influencia de los medios de comunicación en la conducta de niños y adolescentes. *La Voz: Cultura y noticias hispanas del Valle de Hudson*. Recuperado de <https://lavoiz.bard.edu/articles/index.php?id=1205465>
- Guiainfantil.com*. (2016, septiembre 19). Niños de 11 años son los más propensos a sufrir acoso escolar [Entrada blog]. Recuperado de <https://www.guiainfantil.com/blog/educacion/bullying/ninos-de-11-anos-son-los-mas-propensos-a-sufrir-acoso-escolar/>
- Hamodi, C. y Jiménez, L. (2018). Modelos de prevención del bullying: ¿Qué se puede hacer en educación infantil? *IE Revista de Investigación Educativa de la REDIECH*, 9(16). Recuperado de <http://www.scielo.org.mx/pdf/ierediech/v9n16/2448-8550-ierediech-9-16-29.pdf>
- Heredia, Y. (2013). Los dilemas morales como estrategias de enseñanza-aprendizaje para el desarrollo moral en los alumnos de preescolar. *Revista Educativa de la Escuela de Graduados en Educación*, 4(7), 61-69.

- Hernández, M. A. y Solano, I. M. (2007). Cyberbullying, un problema de acoso escolar: *Cyberbullying, a bullying problem. Revista Iberoamericana de Educación a Distancia*, 10(1), 17-36. <https://doi.org/10.5944/ried.1.10.1011>
- Irurtia, M. J., Arias, V., Avilés, J. M. y Arias, B. (2009). El tratamiento de las víctimas en la resolución de los casos de bullying. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/283351285_El_tratamiento_de_las_victimas_en_la_resolucion_de_los_casos_de_bullying
- Jares, Xesús R. (2001). *Educación y conflicto como retos de la educación infantil*. Ponencia presentada en el Congreso Europeo: Aprender a ser, aprender a vivir juntos, Santiago de Compostela. Recuperado de <http://www.waece.org/biblioteca/pdfs/d200.pdf>
- Jiménez, J. (2006). La Inspección Educativa ante la conflictividad y contra la violencia escolar. *Avances en Supervisión Educativa: Revista de la Asociación de Inspectores de Educación de España*, (2). Recuperado de <https://avances.adide.org/index.php/ase/article/view/198>
- Jordán, C. G. (s.f). *Fundamentos psicológicos de la moral: Jean Piaget*. Recuperado de <http://www.edu.xunta.gal/centros/iesricardomella/node/180>
- Lemos, R. (2019). 5 tipos de acoso escolar o bullying. La Mente es Maravillosa. Recuperado de <https://lamenteesmaravillosa.com/5-tipos-acoso-escolar-bullying/>
- Martín, J. R. (2018, noviembre 29). 5 mitos y falsas creencias sobre el bullying [Entrada blog]. Recuperado de <https://www.centreinsight.es/blog/bullying-sabadell/>
- Martínez Lledó, M. (2019, marzo 11). Acompañando la agresividad infantil, ¿es lo mismo que la violencia? [Entrada blog]. Recuperado de <https://educacionrespetuosa.com/blog/acompanando-la-agresividad-infantil-es-lo-mismo-que-la-violencia>

Muñoz-Prieto, M. del M. (2017). Desarrollar la inteligencia emocional para prevenir el acoso escolar. *EA, Escuela Abierta*, 20(1), 35-46.

<https://ea.ceuandalucia.es/index.php/EA/article/view/12>

National Centre Against Bullying. (s.f). *Types of bullying*. Recuperado de

<https://www.ncab.org.au/bullying-advice/bullying-for-parents/types-of-bullying/>

Navarro, A. (2017, enero 10). Diferencia entre agresividad y violencia [Entrada blog].

Recuperado de <https://www.mundopsicologos.com/articulos/diferencia-entre-agresividad-y-violencia#:~:text=La%20agresividad%20es%20un%20instinto,la%20socializaci%C3%B3n%20y%20la%20cultura.&text=La%20violencia%20es%20la%20transformaci%C3%B3n,da%203%20B1o%20a%20otro%20ser%20humano.>

Nieto, B. (2017). La figura del acosador en la violencia escolar: Principales rasgos y características. *Campus Educación Revista Digital Docente*, (5). Recuperado de

<https://www.campuseducacion.com/blog/revista-digital-docente/la-figura-del-acosador-la-violencia-escolar/>

Olmedo, M. y González, P. (2006). La violencia en el ámbito laboral: La problemática conceptualización del mobbing, su evaluación, prevención y tratamiento. *Acción Psicológica*, 4(2), 107-128.

Olweus, D. (2004). *Conductas de acoso y amenaza entre escolares* (2da ed.). Madrid: Morata.

Olweus, D. (s.f.). *ACOSO ESCOLAR, "BULLYING", EN LAS ESCUELAS: HECHOS E INTERVENCIONES*. Recuperado de

<http://convivejoven.semsys.itesi.edu.mx/cargas/Articulos/ACOSO%20ESCOLAR%20BULLYING%20EN%20LAS%20ESCUELAS-HECHOS%20E%20INTERVENCIONES.pdf>

ORDEN de 28 de marzo de 2008, del Departamento de Educación, Cultura y Deporte, por la que se aprueba el currículo de la Educación infantil y se autoriza su aplicación en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón, BOA núm. 43, 1085 (2008).

- Orientacionandujar. (2014, mayo 29). *Jugamos a las adivinanzas emocionales*. [Vídeo]. Recuperado de https://www.youtube.com/watch?v=cvyxQq_BDzg&feature=emb_title
- Ortega, R. y Monks, C. (2005). Agresividad injustificada entre preescolares. *Psicothema*, 17(3), 453-458.
- Peralta, M. C. (2006). Manifestaciones del acoso laboral, mobbing y síntomas asociados al estrés postraumático: estudio de caso. *Psicología desde el Caribe*, (17), 1-26.
- ¿Qué es el Cyberbullying? (s.f.). Recuperado 06 junio 2020, de <https://www.ciberbullying.com/cyberbullying/que-es-el-ciberbullying/>
- Raffino, M. E. (2020). *Concepto de conflicto*. Recuperado de <https://concepto.de/conflicto/>
- Rajadell, N., Pujol, M. A., y Violant Holz, V. (2005). Los dibujos animados como recurso de transmisión de los valores educativos y culturales. *Comunicar*, (25). Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=15825191&idp=1&cid=698382>
- Roldán, M. J. (2020, abril 17). Diferencias entre conflicto y acoso [Entrada blog]. Recuperado de <https://www.etapainfantil.com/diferencias-conflicto-acoso#:~:text=Soluciones%20en%20caso%20de%20conflicto,solo%20causa%20da%C3%B1o%20y%20malestar.>
- Rovati, L. (2019, mayo 13). Víctimas de bullying con cuatro años: el acoso escolar en edad preescolar [Entrada blog]. Recuperado de <https://www.bebesymas.com/educacion-infantil/victimas-de-bullying-con-cuatro-anos-el-acoso-escolar-en-edad-preescolar>
- Ruiz, Y. M. (2010). Aprendizaje vicario: implicaciones educativas en el aula. *Revista digital para profesionales de la enseñanza*, (10). Recuperado de <https://www.feandalucia.ccoo.es/docu/p5sd7465.pdf>

- Rull, A. (2018, diciembre 05). Síntomas de que estás sufriendo maltrato psicológico. *El Periódico*. Recuperado 17 junio 2020, de <https://www.elperiodico.com/es/ser-feliz/20181205/sintomas-maltrato-psicologico-7174438>
- Sacristán, P. P. (2018, octubre 26). La cabeza de colores. Cuento infantil sobre la envidia [Entrada blog]. Recuperado de <https://www.guiainfantil.com/articulos/ocio/cuentos-infantiles/la-cabeza-de-colores-cuento-infantil-sobre-la-envidia/>
- Salesianas ALC Comunicación. (2019, marzo 1). *Salesianas Alicante. Videocuento Monstruo pequeño dice ¡No! 3º Primaria*. Recuperado de https://www.youtube.com/watch?v=TAYJL_Q-JFM
- Sarrió, C. (2017, febrero 01). ¿Cómo afectan los dibujos animados a los niños? [Entrada blog]. Recuperado de <https://www.gestalt-terapia.es/como-afectan-los-dibujos-animados-a-los-ninos/>
- Save the Children (2016). *Yo a eso no juego*. Recuperado de https://www.savethechildren.es/sites/default/files/imce/docs/yo_a_eso_no_juego.pdf
- Sesame Street In Communities. (2020, marzo 2). *Ayudando a los niños a resolver conflictos*. [Vídeo]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=HbPGxL2Wjz0>
- Smile and Learn. [Smile and Learn-Español]. (2016, noviembre 16). *Cuento sobre el acoso escolar en los niños. La decisión de Marina*. [Vídeo]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=3ttvdc2eOq0&t=14s>
- Sociograma.net. (2018, febrero 27). Sociograma infantil [Entrada Blog] Recuperado de <http://sociograma.net/sociograma-infantil/>
- Teruel, M. P. (2000). La inteligencia emocional en el currículo de la formación inicial de los maestros. *Revista interuniversitaria de formación del profesorado*, (38), 141-152.

- Tresgallo, E. (2008). Estudios breves Violencia escolar (“Bullying”): documento para padres y educadores. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 19(3), 328-333.
- UNESCO. (2019). *La violencia y el acoso escolares son un problema mundial, según un nuevo informe de la UNESCO*. Recuperado de <https://es.unesco.org/news/violencia-y-acoso-escolares-son-problema-mundial-segun-nuevo-informe-unesco>
- Valles, L. (2019). Propuesta de prevención del *bullying* mediante la educación emocional. Proposal for the prevention of bullying by means of emotional education (Trabajo de Fin de Grado no publicado). Universidad de Zaragoza Campus de Huesca, Aragón.
- Vera González, R. (2010). Violencia en las aulas: el bullying o acoso escolar. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas* (37), 1-9. Recuperado de https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero_37/ROSARIO_VERA_1.pdf
- Villegas, C. (1998). Influencia de Piaget en el estudio del desarrollo moral. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 30(2), 223-232. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/805/80530202.pdf>

ANEXOS

ANEXO 1.

Tabla 1. Estudio sobre el acoso escolar en España. Elaboración propia a partir de Save The Children (2016):

	Acoso escolar	Ciberacoso
Víctimas de acoso	9,4% se reconoce como víctima: - 8,1% de forma puntual - 1,1% de forma prolongada <u>Estimación del total:</u> >111.000 estudiantes.	6,9% se reconoce como víctima: - 5,8% de forma puntual - 1,1% de forma prolongada. <u>Estimación del total:</u> > 82.000 alumnos.
Agresiones más frecuentes	- <u>Insultos:</u> 6/10 estudiantes (>2/10 de forma prolongada) - <u>Rumores:</u> 28,8% de manera puntual y un 14,6% de manera prolongada. - <u>Robo o daño de pertenencias:</u> 23,1% de manera puntual y un 6,1% de manera prolongada. - <u>Violencia física (golpes):</u> 21,5% de manera puntual y un 6,3% de manera frecuente). - <u>Exclusión social:</u> 16,6% de manera ocasional y un 8,4% de manera frecuente. - <u>Amenazas emocionales:</u> 15,8% de manera espontánea y un 5,7% de manera prolongada.	- <u>Insultos:</u> 1/3 alumnos (1/10 de manera prolongada) - <u>Rumores:</u> casi 2/10 alumnos (un 6,3% de manera prolongada) - <u>Mensajes amenazantes:</u> 17,9% (5,3% de manera prolongada) - <u>Exclusión o asilamiento:</u> 11,8% de alumnos - <u>Difusión de contenido comprometido:</u> 8,9% de estudiantes - <u>Suplantación de identidad:</u> 6,3% de alumnos
Agresores	- 5,4% de estudiantes reconocen haber acosado - <u>Estimación de alumnos agresores de ESO de institutos públicos:</u> 64.000 alumnos	- 3,3% de estudiantes reconocen haber ciberacosado. - <u>Estimación de alumnos de ESO de institutos públicos:</u> 39.000 alumnos
Curso más afectado	1º y 2º de la ESO (1º ESO con mayor número de estudiantes afectados que en 2º ESO)	
Sexo más afectado	<u>Chicas:</u> 10,6% de chicas ha sufrido acoso <u>Chicos:</u> 8% de chicos ha sufrido acoso	<u>Chicas:</u> 8,5% ha sufrido ciberacoso <u>Chicos:</u> 5,3% ha sufrido ciberacoso
Sexo con mayor tendencia a acosar	<u>Chicas:</u> 3,5% reconoce haber acosado <u>Chicos:</u> 6,3% reconoce haber acosado	Chicas: 3% reconoce haber ciberacosado Chicos: 4,5% reconoce haber ciberacosado-

Formas de actuar	<ul style="list-style-type: none"> - <u>Pedir ayuda</u> (chicas con mayor frecuencia) - <u>Control y gestión interna</u> pensando en otras cosas (chicas con mayor frecuencia) - <u>Tomárselo con humor</u> (chicos con mayor frecuencia) - <u>Acosar a otros o consumir drogas y alcohol</u> - <u>Evitar situaciones</u> de acoso o ciberacoso (abandonar el lugar o apagar el móvil) 	<ul style="list-style-type: none"> - Control y gestión interna (más frecuente en alumnos de 1º de ESO) - Enfrentamiento (alumnos de 2º de ESO) - Evitar situaciones (ninguno de los dos grupos)
Territorios más afectados	<p><u>Ambos tipos de acoso</u>: Andalucía, Murcia, Melilla e Islas Baleares (superan la media nacional)</p> <p><u>Ciberacoso</u>: Destaca también Cataluña.</p>	
Razones más frecuentes	<ul style="list-style-type: none"> - No saber los motivos de sus agresiones - Querer hacerle una broma o molestarle - Características físicas - Porque les tienen “manía” - Orientación sexual (un 3,2% de las víctimas de acoso escolar y un 4,2% de las de ciberacoso) - Color de piel, cultura o religión (un 5,1% de las víctimas de acoso escolar y un 5% de las de ciberacoso) 	

ANEXO 2

Tabla 2. Mitos del acoso escolar. Elaboración propia.

MITOS DEL ACOSO ESCOLAR	¿POR QUÉ DEBEMOS DESMONTARLOS?
1. <i>“El acoso escolar implica únicamente violencia física”</i>	- El acoso escolar puede incluir burlas, intimidación, “bromas”, rumores, exclusión social, cyberbullying, etc.
2. <i>“El acoso escolar forma parte del juego y las bromas entre niños”</i>	- El acoso escolar tiene una intencionalidad dañina - Debemos conocer la relación afectiva entre las personas implicadas y analizar el contexto
3. <i>“El acoso escolar es normal a la hora de resolver conflictos”</i>	- Conflicto entre iguales: mismo poder en la relación - Acoso escolar: el agresor toma el control y somete a la víctima - Los conflictos forman parte de las relaciones entre niños, el acoso escolar no.
4. <i>“El acoso escolar solo lo provocan los chicos, las chicas no”</i>	- El acoso escolar lo provocan tanto chicos como chicas - Los chicos tienden a utilizar la agresión física - Las chicas tienden a utilizar las agresiones verbales y psicológicas
5. <i>“Acosar o ser acosado no implica consecuencias dañinas duraderas”</i>	- Deja gran huella en la víctima - Si no se interviene a tiempo, las consecuencias pueden ser muy graves (ansiedad, depresión, suicidio...)
6. <i>“Las situaciones de acoso solo se dan entre niños”</i>	- El acoso escolar es la representación de una sociedad violenta - El acoso también se puede dar en el entorno laboral (<i>mobbing</i>)
7. <i>“El bullying es un fenómeno novedoso”</i>	- El acoso escolar ha existido siempre - Ahora existe mayor sensibilización en el entorno educativo y mayor visibilidad gracias a los medios de comunicación
8. <i>“La víctima siempre es un niño tímido con pocos amigos”</i>	- Cualquier niño puede convertirse en víctima - El acoso escolar puede darse por envidia hacia otra persona

ANEXO 3

Tabla 3. Características más comunes en los roles de víctima, agresor y espectador.

Elaboración propia a partir de Avilés (2002); UNESCO (2019); Guiainfantil.com (2016); Ávila-Toscano, Osorio, Cuello, Cogollo y Causado (2010); Vera (2010); Tresgallo (2008) y Save the Children (2016):

	Víctima	Agresor	Espectadores
Tipos	<p><u>Activas:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Papel víctima-agresor - Conducta ansiosa, agresiva, desafiante - Irritantes y tensos con su entorno - Provocan reacciones negativas a compañeros - Dificultades de concentración <p><u>Pasivas:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Las más frecuentes - No se defienden ante el agresor - Se muestran inseguros y débiles 	<p><u>El agresor inteligente (o indirecto):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Agresiones de forma indirecta - Dotado de habilidades sociales y liderazgo - Da órdenes y manipula a otros - Logra encubrirse y que otros hagan el trabajo sucio de sus intenciones <p><u>El agresor poco inteligente (o directo):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Agresiones de forma directa - Tiene el objetivo de ganarse una posición alta dentro de un grupo - Busca mostrarse como alguien superior - Poca confianza en sí mismo 	<p><u>Cómplices:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Participan en las agresiones apoyando al agresor. <p><u>Tolerantes:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - No participan en las agresiones - Son conscientes de la situación, pero lo permiten y lo aprueban <p><u>Neutros:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Son conscientes de las situaciones de acoso, pero se muestran ajenos a ellas - Hacen oídos sordos porque no quieren implicarse en el tema - Creen que “la cosa no va con ellos” - Apoyan la agresión <p><u>Defensores:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Ayudan y defienden a la víctima - Recurren a los profesores para contarles lo que está pasando - No suele ser muy común
Características		<ul style="list-style-type: none"> - Temperamento impulsivo y agresivo - Escaso control emocional (no controla su ira y hostilidad) - Falta de empatía - Escasas habilidades sociales 	<ul style="list-style-type: none"> - No se presenta empático con la víctima - Se mantiene callado para autoprotgerse

		<ul style="list-style-type: none"> - Sentimientos de culpabilidad - Baja autoestima - Violencia como medio en la resolución de conflictos 	
Sexo	<p><u>Chicas:</u> - Las agresiones de tipo verbal y psicológico se suelen dar entre ellas</p> <p><u>Chicos:</u> - Las agresiones físicas se suelen dar entre ellos - Los chicos parecen manifestar más comportamientos intimidatorios que las chicas. (Diferencias más significativas en el acoso tradicional que en el <i>ciberbullying</i>)</p>		
Edad	Estudiantes de 11 a 13 años son los más afectados	Los niños de 11 a 16 años son los más propensos a ser agresores. En España predominan los agresores en 1º de ESO (11-12 años)	

ANEXO 4

Tabla 6. Resultados sobre la agresividad injustificada en preescolar. Elaboración propia a partir de Ortega y Monks (2005):

<p>Tipos de agresiones</p>	<p>Predominio de la agresión directa (cara a cara) por encima de la agresión indirecta (difusión de rumores, etc.) en el siguiente orden: agresión física directa (golpes, empujones), agresión relacional directa (decir a otro niño que no puede jugar), agresión verbal directa (insultar o gritar a otro niño), y agresión relacional indirecta (difundir rumores sobre otro niño).</p>
<p>Sexo</p>	<p>Tipos de agresión: tendencia de los chicos a usar la agresión física directa seguida de la agresión relacional directa y verbal directa, frente a la tendencia de las chicas a recurrir la agresión relacional directa (tendencia a dañar el vínculo relacional), seguida de la física y la verbal.</p> <p>Roles: tendencia de los niños a ejercer el rol de agresor y colaborador de la agresión, mientras que las niñas tienden a desempeñar los roles de defensoras y espectadoras. No hay diferencias significativas de género en víctimas.</p>
<p>Nivel de popularidad/rechazo</p>	<p>Agresores: no son percibidos como tales, pero son más rechazados que los demás. Según el resto de iguales pertenecen al grupo de “niños que no me gustan”.</p> <p>Defensores: resultaron ser los más populares y los más queridos por sus iguales.</p> <p>Víctimas: no fueron percibidas ni como más débiles ni como más rechazadas. Estos resultados difieren de los obtenidos en edades posteriores, corroborando la inestabilidad de la naturaleza del proceso de agresión/victimización durante los años preescolares.</p>

**Estrategias de
afrontamiento**

Tanto las niñas como los niños tienden a: **decírselo a un adulto; devolver la agresión; pedir ayuda a un amigo; salir corriendo; llorar** y, finalmente, **someterse** a los agresores.

ANEXO 5

Tabla 6. Objetivos del Currículum del 2º ciclo de la Etapa de Educación Infantil. Elaboración propia a partir de la ORDEN de 28 de marzo (2008):

Objetivos del Currículum del Segundo Ciclo de la Etapa de Educación Infantil	
Área de Conocimiento de sí mismo y Autonomía personal	<ul style="list-style-type: none"> - Formarse una imagen ajustada y positiva de sí mismo, a través de la interacción con los otros y de la identificación gradual de las propias características, posibilidades y limitaciones, desarrollando sentimientos de autoestima y autonomía personal y valorando la diversidad como una realidad enriquecedora. - Identificar los propios sentimientos, emociones, necesidades o preferencias, y ser capaces de denominarlos, expresarlos y comunicarlos a los demás, identificando y respetando, también, los de los otros, para posibilitar unas relaciones fluidas y gratificantes. - Adoptar actitudes de valoración y respeto hacia las características y cualidades de otras personas, aceptando su diversidad y cualquier rasgo diferenciador por razones de sexo, etnias, opinión, etc. - Adecuar su comportamiento a las necesidades y requerimientos de los otros en actividades cotidianas y de juego, desarrollando actitudes y hábitos de respeto, ayuda y colaboración y evitando comportamientos de sumisión o dominio. - Aceptar las pequeñas frustraciones y reconocer los errores propios, manifestando una actitud tendente a superar las dificultades que se plantean, buscando en los otros la colaboración oportuna cuando sea necesario y aceptando la ayuda que le prestan los demás.
Área de Conocimiento del Entorno	<ul style="list-style-type: none"> - Relacionarse con los demás de forma cada vez más equilibrada y satisfactoria, interiorizando progresivamente las pautas de comportamiento social y ajustando su conducta a ellas. - Mostrar interés por asumir responsabilidades en la realización de tareas en grupo, desarrollando actitudes de ayuda y colaboración en un ambiente de respeto mutuo.
Área de los Lenguajes: comunicación y representación	<ul style="list-style-type: none"> - Utilizar la lengua como instrumento de comunicación, de representación, aprendizaje y disfrute, de expresión de ideas y sentimientos, y valorar la lengua oral como un medio de relación con los demás y de regulación de la convivencia. - Expresar emociones, sentimientos, deseos, vivencias e ideas mediante la lengua oral y a través de otros lenguajes, eligiendo el que mejor se ajuste a la intención y a la situación. - Comprender las intenciones y mensajes de otros niños y adultos, adoptando una actitud positiva hacia la lengua, tanto propia como extranjera.

ANEXO 6

Tabla 7. Objetivos del Programa *KiVa*. Elaboración propia a partir de *KiVa Programa finlandés anti acoso escolar* (realizado por la Embajada de Finlandia en Madrid).

Objetivos Programa KiVa		
A nivel del centro escolar	A nivel de aula	A nivel del alumnado
<ul style="list-style-type: none">- Proporcionar información básica sobre el acoso escolar y formas de abordarlo.- Lograr que el personal se comprometa con el trabajo sobre el acoso.	<ul style="list-style-type: none">- Educar a los alumnos sobre su papel a la hora de evitar y detener el acoso escolar.- Influir en los alumnos para que no acepten las prácticas abusivas y apoyen a la víctima.	<ul style="list-style-type: none">- Abordar los casos de acoso de manera efectiva incluyendo un seguimiento para garantizar la evolución positiva del problema.

ANEXO 7.

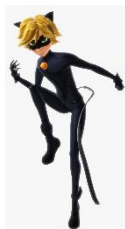
Sesión previa (encuesta sobre dibujos animados)

Miraculous: Las aventuras de Ladybug

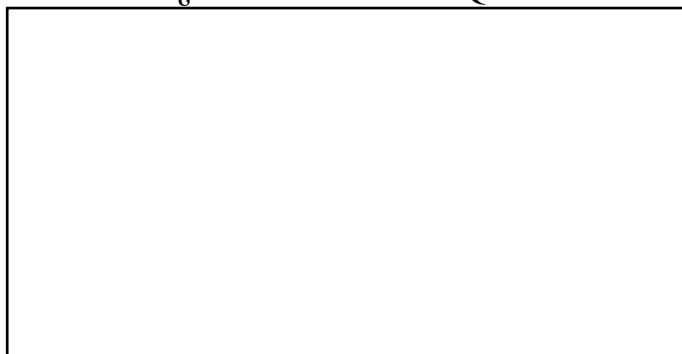
¿Conoces los dibujos de Ladybug?



Rodea tu personaje favorito y tacha con una cruz el que menos te guste:



¿OTROS? DIBUJA AQUÍ:



¿Cómo resuelve los problemas el personaje que más te gusta de Ladybug?



¿Crees que está bien o mal?



¿Cómo resuelve los problemas el personaje que menos te gusta de Ladybug?



¿Crees que está bien o mal?



¿Cómo solucionarías tú un problema con otro niño?

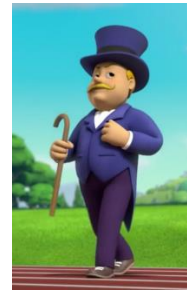


La patrulla canina

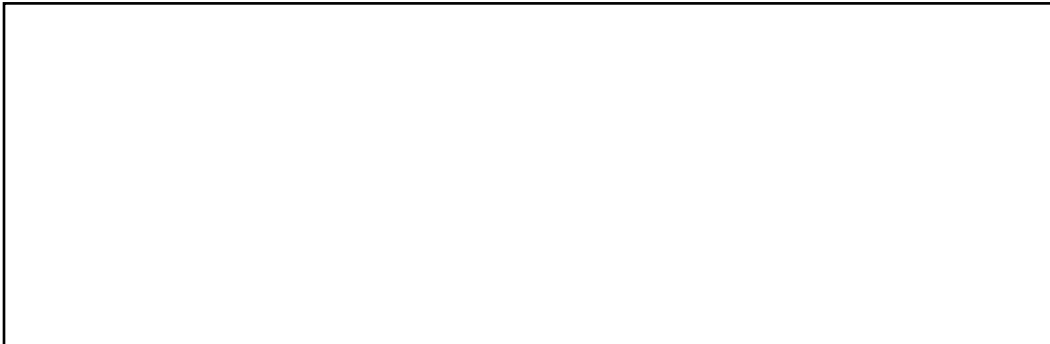
¿Conoces los dibujos de La Patrulla Canina?



Rodea tu personaje favorito y tacha con una cruz el que menos te guste:



¿OTROS? DIBUJA AQUÍ:



¿Cómo resuelve los problemas tu personaje favorito de La Patrulla Canina?



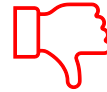
¿Crees que está bien o mal?



¿Cómo resuelve los problemas el personaje que menos te gusta de La Patrulla Canina?



¿Crees que está bien o mal?



¿Qué harías tú si un niño te quitara tu juguete?

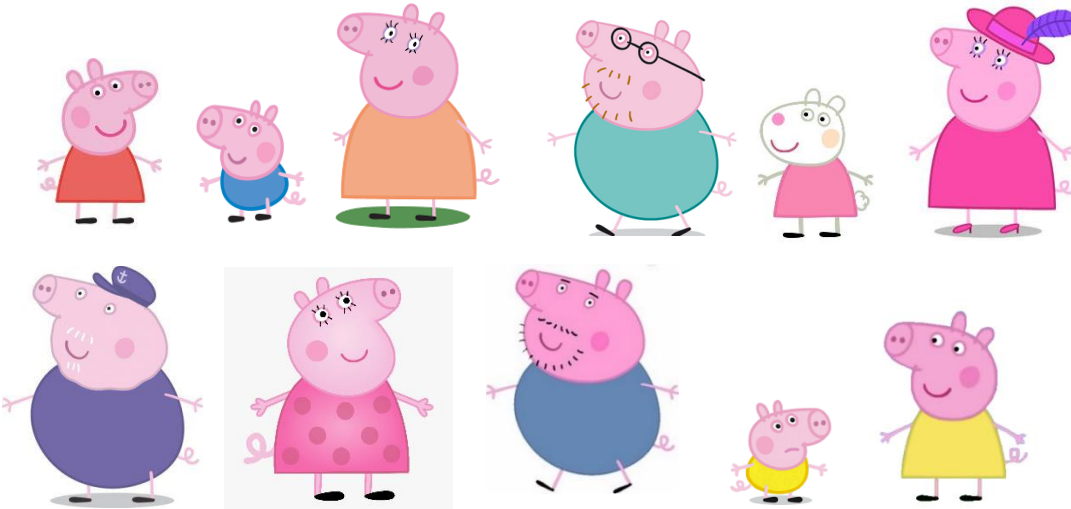


Peppa Pig

¿Conoces los dibujos de Peppa Pig?



Rodea tu personaje favorito y tacha con una cruz el que menos te guste:



¿OTROS? DIBUJA AQUÍ:



¿Cómo resuelve los problemas tu personaje favorito de Peppa Pig?



¿Crees que está bien o mal?



¿Cómo resuelve los problemas el personaje que menos te gusta de Peppa Pig?



¿Crees que está bien o mal?












¿Qué harías tú si un niño te insultara o te gritara?



ANEXO 8.

Sociograma

¿Te sientes bien en clase con tus compañeros?	  
¿Te lo pasas bien en el recreo?	  
¿Te llevas bien con todos los niños?	  
¿Hay enfados entre compañeros o compañeras de clase?	   (SI) (A VECES) (NO)
¿Quiénes son tus mejores amigos en clase?	 
¿Con quién te gusta jugar?	 
¿Con quién te gusta sentarte?	 
¿A quién invitarías a tu cumpleaños?	    
¿A quién invitarías a dormir a tu casa?	    
¿Con quién te irías de excursión?	    
¿A quién prestarías tus juguetes?	  
¿Quién es el amigo que más te ayuda cuando tienes un problema?	 

¿Qué niños te molestan más en el colegio?	
¿Con quién no te gusta jugar?	
¿Con quién no te gusta sentarte?	
¿A quién no invitarías a tu cumpleaños?	
¿A quién no invitarías a dormir a tu casa?	
¿Con quién no te irías de excursión?	
¿A quién no prestarías tus juguetes?	
¿Quién es el compañero que menos te ayuda cuando tienes un problema?	

ANEXO 9.

Tabla 8. Cronograma de las sesiones llevadas a cabo durante el programa de prevención.

Elaboración propia.

	Septiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre	Enero	Febrero	Marzo	Abril
Semana 1		Sesión 3	Sesión 7	Sesión 4		Previa	Sesión 4	Sesión 8
Semana 2		Sesión 4	Sesión 1			Sesión 1	Sesión 5	Sesión 9
Semana 3	Sesión 1	Sesión 5	Sesión 2			Sesión 2	Sesión 6	Sesión 10
Semana 4	Sesión 2	Sesión 6	Sesión 3			Sesión 3	Sesión 7	Final

ANEXO 10.

Cuento “Alicia y Juan”

Juan y Alicia eran dos hermanos de 5 y 6 años que siempre discutían y se peleaban por cualquier cosa. No tenían problemas con los otros niños, sin embargo, entre ellos no sabían solucionar los problemas y siempre terminaban discutiendo, gritándose, quitándose los juguetes, empujándose...

Un día, Alicia estaba jugando con su pelota de fútbol, pero llegó Juan y se la quitó. Alicia se echó a llorar y Juan empezó a jugar con la pelota mientras le hacía burlas a su hermana. De repente, le entraron muchas, muchas, muchas ganas de ir al baño a hacer pipí. Así que, Alicia, decidió vengarse de su hermano. A Juan le encantaban las naves espaciales y el fin de semana había construido con mamá una nave espacial hecha de materiales reciclados, la cual se había convertido en su juguete favorito, pero, Alicia, decidió romperla y Juan se enfadó mucho con ella.

Al día siguiente, volvieron del colegio y cada uno se encontró en su habitación una caja un poco extraña. Juan abrió la caja y encontró un ratón de peluche, mientras que Alicia encontró en su caja un cuento sobre dragones. De repente, sintieron un pequeño cosquilleo por todo el cuerpo y se quedaron dormidos. Cuando despertaron, se sentían diferentes. Se miraron las manos, las piernas, los brazos... pero no veían que su cuerpo hubiese cambiado. En el momento que se miraron al espejo, todo cambió para ellos. Juan vio en su reflejo a un pequeño y asustadizo ratón azul, mientras que Alicia vio un grande y furioso dragón amarillo. Los dos se asustaron mucho y fueron a contárselo a su madre, pero ella no vio nada diferente en ellos, solo que actuaban un poco raro.

A partir de ese momento, en el cole Alicia empezó comportarse muy mal, siempre estaba enfadada, empujaba a sus compañeros, les rompía sus cosas, gritaba a otros niños, los insultaba y siempre se salía con la suya, nunca pensaba en cómo se podrían sentir los demás al comportarse tan mal con ellos, y como no sabía tratarlos bien, nadie quería estar con ella.

Juan empezó a sentirse triste y débil, temblaba mucho y hablaba muy muy bajito, nunca se enfrentaba a los problemas, se escondía y huía de su hermana, además también había niños como ella que lo insultaban, le quitaban sus cosas y se le colaban en la fila, pero él se quedaba callado, nunca decía lo que pensaba o sentía y tampoco pedía ayuda.

Cuando llegaron a casa, ambos tristes porque se arrepentían de su comportamiento, se encontraron con dos sobres, uno de color amarillo con la pregunta “¿CÓMO PUEDO DEJAR DE SER UN DRAGÓN?” en la habitación de Alicia, y otro de color azul con la pregunta “¿CÓMO PUEDO DEJAR DE SER UN RATÓN?” en la habitación de Juan. Ambos abrieron los sobres, pero dentro no encontraron nada.

ANEXO 11.

Resultado final sobre Ratones, Dragones y Seres Humanos Auténticos.

RATONES	SERES HUMANOS AUTÉNTICOS	DRAGONES
<ul style="list-style-type: none"> - Pequeños - Suaves - Simpáticos - Débiles e inofensivos - Asustadizos - Juguetones - No se enfrentan a sus enemigos y se esconden de ellos - Huyen y evitan los problemas - Se quedan callados ante las discusiones con otros animales 	<p>PODER DE LA ASERTIVIDAD:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Resolver un problema a través del diálogo - Hablar claro, con voz firme, sin ofender y mirando a los ojos - Ser respetuoso - Ser participativo - Asumir responsabilidades - Ser amable y tranquilo - Respetar y defender los derechos propios y los ajenos - Crear buenas relaciones con sus compañeros 	<ul style="list-style-type: none"> - Grandes - Agresivos - Fuertes - Poderosos - Echan fuego y rugen - Se enfrentan y pegan a otros animales - Destruyen las cosas - Pisotean y matan - Abusan de los más débiles