

# TRABAJO FIN DE GRADO

## *“Evitando heridas: Bullying y Cyberbullying”*

Alumna: Daida Ester Rodríguez Armas

Alu0100523737@ull.edu.es

Modalidad 4 (Proyecto Profesionalizador)

Grado Pedagogía

Curso 2015-16

Convocatoria Julio

Tutora: Olga Cepeda Romero

olceper@ull.edu.es

Facultad Educación

Universidad de La Laguna

## ÍNDICE

RESUMEN.....	3
PALABRAS CLAVES .....	3
ABSTRACT .....	3
JUSTIFICACIÓN .....	5
Características, origen y datos sobre el acoso escolar (bullying) y ciberbullying. ....	5
Tipos de Bullying.....	7
Tipos de ciberbullying.....	8
Elementos facilitadores o desencadenantes del bullying .....	9
Perfil del agresor.....	10
Perfil de la víctima .....	11
El profesor ante el bullying.....	12
Marco normativo estatal:.....	16
OBJETIVOS DEL PROYECTO .....	17
METODOLOGÍA.....	17
Actividades: .....	18
Evaluación de las Actividades.....	27
Temporalización .....	28
EVALUACIÓN DEL PROYECTO .....	29
PRESUPUESTO.....	30
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	31
ANEXOS.....	34
Anexo 1: Resumen de la charla sobre el acoso escolar.....	34
Anexo 2: Cuestionario para los alumnos/as.....	35
Anexo 3: Ficha de observación.....	37
Anexo 4: Cuestionario de satisfacción para el alumnado. ....	37

## **RESUMEN**

El presente proyecto de intervención se basa en la prevención del bullying y ciberbullying, dirigido a todos los centros de educación secundaria obligatoria situados en la isla de Santa Cruz de Tenerife. El proyecto va dirigido a alumnos/as de 1º y 2º de ESO, por lo que se considera que están en una edad bastante complicada que requiere de muchos cambios, tanto físicos como psicológicos y también por el cambio al que tienen que someterse al pasar del colegio a un instituto. Por tanto, lo que pretende este proyecto es ayudar o guiar al profesorado de los centros de educación secundaria obligatoria para que puedan prevenir o incluso detectar episodios de acoso escolar en las aulas. De esta manera, se podrían evitar conflictos que acaben por convertir a alumnos/as en agresores o víctimas de bullying y ciberbullying, un problema que está afectando a muchas personas en la actualidad y puede conllevar consecuencias muy perjudiciales para la sociedad.

## **PALABRAS CLAVES**

Bullying, Ciberbullying, Prevención, Agresores, Víctimas.

## **ABSTRACT**

The current intervention project, based on different ways of prevention of bullying and ciberbullying, its aimed at GSCE's school centers placed on S/C de Tenerife. This project is aimed at teenagers who are coursing the first and second levels of the spanish GCSE, so it's considered that they are on a difficult age that requires a lot of physic and psicologic changes and other changes that they have to give in at the same time as they leave the primary school to beggin a new stage of theyre lifes on a highscool. Therefore, what this proyect pretends is to help or guide professors and teachers of highscool GCSE centers to prevent or detect laps of school harassment in the classrooms. In this way, it will be posible to avoid conflicts that ends reforming assailants and victims of bullying and ciberbullying. This problem is gradually afecting so many people at present and this may lead to many harmful consequences to our society.

## **KEY WORDS**

Bullying, Ciberbullying, Prevent, Assailants, Victims.

## DATOS DE IDENTIFICACIÓN DEL PROYECTO

**Nombre del proyecto:** Evitando heridas: Bullying y Cyberbullying.

**Duración/Momento:** curso 2016/2017.

**Nivel/Contexto Educativo:** alumnos de 1º y 2º de ESO. (12-14 años)

**Centro en el que se desarrolla:** Dirigido a todos los centros de educación secundaria obligatoria situados en la isla de Santa Cruz de Tenerife.

**Población diana:** alumnos/as de 12 y 14 años y profesorado. La duración del proyecto constará de 6 semanas.

**Agentes educativos implicados:** profesor y un pedagogo/a.

**Naturaleza del programa:** de intervención educativa.

## JUSTIFICACIÓN

### **Características, origen y datos sobre el acoso escolar (bullying) y ciberbullying.**

“El acoso escolar es cualquier forma de maltrato psicológico, verbal o físico producido entre escolares de forma reiterada, tanto en el aula, como a través de las redes sociales”<sup>1</sup>.

El acoso escolar es un fenómeno antiguo, ya que, desde siempre se ha manifestado en las aulas o en los recreos escolares. En la actualidad, el acoso escolar es conocido con el término “bullying”, un concepto que se socializó a través de los medios de comunicación, aunque sigue siendo para algunos un término desconocido.

En los 70, Dan Olweus (1970)<sup>2</sup> empezó a investigar sistemáticamente sobre el bullying. En los 80 y 90, el acoso escolar comenzó a tener popularidad en la sociedad, por un crecimiento importante en Japón, Gran Bretaña, los países bajos, Canadá, EEUU y España.

A mediados de los 80, Olweus (1983)<sup>3</sup> señala que existe bullying, cuando un alumno/a “se encuentra expuesto, de forma reiterada y prolongada en el tiempo, a acciones negativas por parte de uno o varios otros alumnos”.

Un indicador objetivo de que el conflicto entre iguales puede denominarse acoso escolar, es que la vida normal del niño o adolescente se vea perjudicada y alterada por este maltrato reiterado. Cuando la víctima tiene la expectativa de que el maltrato va a producirse de nuevo, podemos llegar a la conclusión de que este maltrato sí es acoso escolar.

Según el informe Cisneros X, realizado por la Asociación Española para la prevención del acoso escolar, solamente el 10% del acoso escolar es físico, produciendo lesiones visibles. El 90% del acoso escolar es psicológico, hostigamiento verbal, intimidaciones, amenazas, coacciones, exclusión social, bloqueo y estigmatización.

---

<sup>1</sup> “Características y datos sobre el acoso escolar o bullying”. (2015). Asociación Española para la prevención del acoso escolar. Extraída el 20/03/2016.

<sup>2</sup> Dan Olweus. (1970). Extraída desde “Orígenes del acoso escolar, bullying. Blog de Grace Toledo”.

<sup>3</sup> Olweus. (1983). Extraída desde “Orígenes del acoso escolar, bullying. Blog de Grace Toledo”.

Si los daños físicos son heridas y hematomas de diversa gravedad, los daños psicológicos pueden ser estrés postraumático, depresión, somatización, ansiedad, ideación suicida, cambios en la personalidad y la disminución de la autoestima y del rendimiento escolar.

La incidencia del acoso escolar según el Informe Cisneros (2009), señala que uno de cada cuatro escolares sufre acoso escolar. Sin embargo, debido al auge de las nuevas tecnologías como medio de desarrollo del ciberacoso, este porcentaje puede ser aún mayor.

Según Lumsden (2002)<sup>4</sup>, el bullying es un fenómeno que ocurre cuando una persona está repetidamente sometida al dominio o poder de otros, siendo insultada y tratada con maldad, es decir, intimidada.

De una forma u otra, en todas las definiciones de bullying existe una alta carga negativa, independientemente de la perspectiva cultural desde la que se analiza (Hernández Ganda, 2001)<sup>5</sup>. Varios autores han planteado investigaciones para intentar conocer cómo se desarrolla este fenómeno, y han llegado a la conclusión de que el bullying es una forma muy seria de conducta violenta (Nansel et al., 2003)<sup>6</sup>, es un problema grave y real que además tiene un marcado carácter potencial (Bulach et al., 2001).<sup>7</sup>

En la última década estamos observando un rápido desarrollo y utilización de nuevas modalidades de bullying, una de éstas es el ciberbullying (también denominado ciberacoso, acoso cibernético, electrónico, digital).

Según Smith (2000)<sup>8</sup>, el ciberbullying es un acto agresivo e intencionado llevado a cabo de manera repetida y constante a lo largo del tiempo, mediante el uso de formas de contacto electrónicas por parte de un grupo o de un individuo contra una víctima que no puede defenderse fácilmente.

Según el estudio sobre hábitos seguros en el uso de las TIC por los menores, publicado por el Instituto Nacional de Tecnologías de la Comunicación (INTECO, 2009), el ciberbullying es una conducta de acoso entre iguales en el entorno TIC que incluye

---

<sup>4</sup> Lumsden. (2002). Extraída desde "Orígenes del acoso escolar, bullying. Blog de Grace Toledo".

<sup>5</sup> Hernández Ganda. (2001). Extraída desde "La escuela inclusiva ante el acoso escolar".

<sup>6</sup> Nansel et. al.(2003). Extraída desde "La escuela inclusiva ante el acoso escolar".

<sup>7</sup> Bulach et al.(2001). Extraída desde "La escuela inclusiva ante el acoso escolar".

<sup>8</sup> Smith. (2000). Extraída desde "Prevalencias y consecuencias del ciberbullying: una revisión".

actuaciones de chantaje, vejaciones e insultos de unos niños a otros niños. Tiene que haber menores en ambos extremos del ataque para que se considere ciberbullying.

Entre las modalidades de comunicación elegidas para la práctica del ciberbullying, Kowalski et al. (2010)<sup>9</sup>, señala entre otras: mensajería instantánea (IMs), correo electrónico (e-mail), mensajes de texto a través de móviles (SMS), redes sociales online, chats, blogs, páginas web, tableros de encuentros sociales, juegos por internet, etc.

### Tipos de Bullying

El bullying se puede presentar de muy diversas formas (Garbarino y de Lara, 2003; Mullin, 2003, Banks, 1997)<sup>10</sup>: usar términos despectivos, motes o insultos; crear rumores e historias falsas; ridiculizar; manipular a los amigos provocando exclusión y rechazo de los compañeros; intimidar. Según Olweus (2003)<sup>11</sup> se puede producir por: agresiones, intimidación o victimización sistematizada y desequilibrio de poder.

Ericsson (2001)<sup>12</sup>, partiendo de Olweus, establece que el bullying se puede clasificar en agresiones físicas, verbales y psicológicas.

Chapell (2004)<sup>13</sup> y Jonson (2002)<sup>14</sup> establecen una clasificación de acuerdo a los ataques que se pueden producir entre agresor y víctima:

- Ataques verbales directos.
- Ataques físicos.
- Ataques indirectos.

Karatzias (2002)<sup>15</sup>, Yoon (2003)<sup>16</sup> y Van der Wal (2003)<sup>17</sup> basan su clasificación en la naturaleza de la agresión, pudiendo ser esta: directa o indirecta (rechazo social).

---

<sup>9</sup> Kowalski et al. (2010). Extraída desde "Prevalencias y consecuencias del ciberbullying: una revisión"

<sup>10</sup> Garbarino y de Lara, (2003); Mullin, (2003); Banks, (1997). Extraída desde "La escuela inclusiva ante el acoso escolar".

<sup>11</sup> Olweus. (2003). Extraída desde "La escuela inclusiva ante el acoso escolar".

<sup>12</sup> Ericsson. (2001). Extraída desde "La escuela inclusiva ante el acoso escolar".

<sup>13</sup> Chapell. (2004). Extraída desde "La escuela inclusiva ante el acoso escolar".

<sup>14</sup> Jonson. (2002). Extraída desde "La escuela inclusiva ante el acoso escolar".

<sup>15</sup> Karatzias. (2002). Extraída desde "La escuela inclusiva ante el acoso escolar".

<sup>16</sup> Yoon. (2003). Extraída desde "La escuela inclusiva ante el acoso escolar".

<sup>17</sup> Van der Wal. (2003). Extraída desde "La escuela inclusiva ante el acoso escolar".

Según Martínez Otero Pérez (2005)<sup>18</sup> las conductas antisociales identificadas en el contexto escolar son:

- Interrupciones en el aula: risas, comentarios, movimientos.
- Indisciplina: incumplimiento de tareas, amenazas, agresiones.
- Actos de vandalismo: romper materiales escolares.
- Violencia física.

Por último, es importante no confundir el bullying con los conflictos normales entre compañeros/as en el día a día de la vida del centro. (Weinhold, 2000).<sup>19</sup>

### Tipos de ciberbullying

- Insultos electrónicos: intercambio breve y acalorado entre dos o más personas, que tiene lugar a través de algunas de las nuevas tecnologías. Intercambio de emails privados o intercambios en contextos públicos.
- Hostigamiento: mensajes ofensivos reiterados enviados a la persona elegida como blanco por correo electrónico, en foros públicos como salas de chat y foros de debate; envío de cientos o miles de mensajes de texto al teléfono móvil de la persona elegida como blanco. Difiere de los insultos porque el hostigamiento es más a largo plazo, es más unilateral (incluyendo a uno o más ofensores frente a una única víctima).
- Denigración: información despectiva y falsa respecto a otra persona que es colgada en una página web o difundida vía e-mails, mensajes instantáneos, por ejemplo, fotos de alguien alteradas digitalmente sobre todo de forma que refleje actitudes sexuales o que puedan perjudicar a la persona en cuestión.
- Suplantación: el acosador se hace pasar por la víctima, la mayoría de las veces utilizando la clave de acceso de la víctima para acceder a sus cuentas online, y a continuación, enviando mensajes negativos, agresivos o crueles a otras personas como si hubieran sido enviados por la propia víctima.
- Desvelamiento y sonsacamiento: Implica revelar información comprometida de la víctima a otras personas, enviada de forma espontánea pero privada por la

---

<sup>18</sup> Martínez Otero Pérez. (2005). Extraída desde “La escuela inclusiva ante el acoso escolar”.

<sup>19</sup> Weinhold. (2000). Extraída desde “La escuela inclusiva ante el acoso escolar”.

víctima o que ha sido sonsacada a la víctima y después difundidas a otras personas.

- Exclusión: no dejar participar a la persona de una red social específica.
- Ciberpersecución: envío de comunicaciones electrónicas reiteradas, hostigadoras y amenazantes.
- Paliza feliz (happy slapping): se realiza una agresión física a una persona a la que se graba en vídeo con el móvil y luego se cuelga en la red para que lo vean miles de personas.<sup>20</sup>

### Elementos facilitadores o desencadenantes del bullying

Existen diferentes elementos que según algunos autores son considerados como factores desencadenantes de conductas violentas entre alumnos/as, son los siguientes:

- Relaciones con el grupo de pares: amistad o rechazo (Andreou, 2001; Espelage, Hold y Henkel, 2003; Orobio de Castro et al., 2002),<sup>21</sup> ya sea, por afinidad, características físicas o psicosociales.
- Factores contextuales: percepciones de los alumnos o profesores, un inadecuado funcionamiento familiar, un clima inadecuado en el aula (Curtner, 2000; Dupper y Meyer, 2002; Nabuzoka, 2003).<sup>22</sup>
- El género (Bulach, Fulbright y Williams, 2002; Isernhagen y Harris, 2002; Ma-x, 2002).<sup>23</sup>

Para otros autores hay una estrecha relación entre las agresiones, el bullying y la violencia, y es en el momento en el que convergen estas tres variables cuando se puede decir que verdaderamente se está manifestando un episodio de acoso escolar grave.

---

<sup>20</sup> Garaigordobil, M. (2011). "Prevalencias y consecuencias del Cyberbullying: una revisión". En *Revista International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, núm.2. Extraída el 05/05/2016.

<sup>21</sup> Andreou, (2001); Espelage, Hold y Henkel, (2003); Orobio de Castro et al., (2002). Extraída desde "La escuela inclusiva ante el acoso escolar".

<sup>22</sup> Curtner, (2000); Dupper y Meyer, (2002); Nabuzoka, (2003) .Extraída desde "La escuela inclusiva ante el acoso escolar".

<sup>23</sup> Bulach, Fulbright y Williams, (2002); Isernhagen y Harris, (2002); Ma-x, (2002). Extraída desde "La escuela inclusiva ante el acoso escolar".

El bullying por sí solo no es sinónimo de violencia o agresividad (Andreou 2000; Slee, 1995)<sup>24</sup> pero sí puede llegar a involucrar agresividad y violencia (Rugby, 2004; Tapper, 2005; Solberg, 2003).<sup>25</sup>

Hay que aclarar que el bullying no se manifiesta por sí solo, es decir, hay diferentes fases que van produciendo e incluso pueden suceder simultáneamente. Esas fases, según el informe Cisneros (Oñate, Piñuel, 2006:36) se pueden resumir en las siguientes:

- Incidentes críticos o desencadenamiento del proceso por el causante.
- Acoso y estigmatización escolar, social y familiar: la generación del chivo expiatorio.
- Latencia y aprendizaje de la indefensión psicológica.
- Manifestaciones psicológicas y psicosomáticas graves.
- Expulsión y autoexclusión escolar y social de la víctima y cronificación del daño (victimización a largo plazo) o Resolución y protección del niño/a (superación del daño).

Pero, para que se produzca el bullying es necesario que se realice una distribución de roles o papeles entre los sujetos que intervienen en el mismo. Existen dos roles fundamentales: agresor y víctima y otros opcionales: los observadores.

### Perfil del agresor

Los agresores se pueden clasificar en dos (agresor agredido y agresor sin límites). A continuación, se citan las características propias de cada tipo de agresor:

- Agresor agredido:
  - Agredido por padres, progenitores o familiares.
  - Es castigado con golpes, humillaciones e insultos.
  - Alta carga de frustración.
  - Malos alumnos/as.
  - Con mucho resentimiento.

---

<sup>24</sup> Andreou, (2000); Slee, (1995). Extraída desde "La escuela inclusiva ante el acoso escolar".

<sup>25</sup> Rugby, (2004); Tapper, (2005); Solberg, (2003). Extraída desde "La escuela inclusiva ante el acoso escolar".

- Agresor sin límites:
  - Joven consentido por sus padres.
  - Muy egocéntricos.
  - Alta autoestima.
  - Suelen ser populares y manipuladores.
  - Son buenos alumnos/as.

Es conveniente conocer las características de estos dos tipos de agresores, ya que, dispondremos de información sobre las circunstancias que han podido vivir estas personas y los motivos que los han llevado a ser posibles agresores. Con respecto al proyecto, es fundamental que los/las docentes conozcan los distintos perfiles de alumnos/as involucrados en estos actos, ya que, dichos perfiles pueden proporcionar pistas para que el profesorado esté alerta ante la presencia de dicha situación y poder así intervenir.

### Perfil de la víctima

Según Oñedera, (2008)<sup>26</sup> se puede catalogar a la víctima de bullying como alumnos/as con:

- Baja popularidad entre los compañeros/as.
- Temperamento débil.
- Baja autoestima.
- Inseguridad.
- Tendencia a la depresión.

Aunque estas son las características más comunes que sufre la víctima, la realidad es que éstas pueden variar y por desgracia cualquier alumno/a puede convertirse en blanco de las burlas de un agresor, esto hace que la tarea del profesorado sea tan difícil a la hora de detectar situaciones de acoso, y es por ello, que se debe tener conocimientos de ambos perfiles, para ayudar así, tanto a la víctima como al agresor.

Cabe destacar, que muchos/as expertos/as dejan claro que cualquier persona puede sufrir acoso escolar y que estos alumnos/as que lo sufren arrastran como consecuencia

---

<sup>26</sup> Oñedera. (2008). Extraída desde “La escuela inclusiva ante el acoso escolar”.

un bajo rendimiento escolar, rechazo a la escuela e incluso sentimiento de culpabilidad, lo que puede inducir a un cambio de su comportamiento en la escuela apreciable por el profesorado.

Otro dato interesante, revelado por un estudio realizado en 11 países europeos, incluido España, donde se identifica como principales víctimas de bullying a aquellos niños/as con problemas físicos (como la obesidad) o mentales que, además, gozan de falta de apoyo social o pertenecen a familias con nivel socioeconómico más bajo (Matey, 2009), otra característica importante que tiene que tener en cuenta el profesorado.

### El profesor ante el bullying

En la actualidad, las funciones de los docentes se han modificado, ya que, el profesorado tiene que realizar tareas en su día a día dentro de las aulas que antes no realizaba.

Por ello, este proyecto tiene la intención de proporcionar al profesor/a herramientas para conocer y actuar ante una situación de bullying.

Las reacciones del profesorado ante el acoso se pueden situar en una línea que va entre permanecer al margen de la situación, ya que, normalmente estas situaciones al principio no se suelen realizar en su presencia, hasta el otro extremo que sería denunciar la situación a las autoridades competentes.

Pero entre estos dos extremos puede existir una posición intermedia, donde el profesor/a se involucre y mediante su actuación consiga mejorar la situación. Para ello, es necesario que el profesor/a opte por una educación basada en la convivencia pacífica.

Es conveniente que el profesorado actúe con la persona que sufre el acoso de la siguiente manera:

- Escuchar y creer lo que cuenta la persona que padece el acoso escolar.
- Ponerse en el lugar de la persona que sufre el acoso.
- Conocer sus sentimientos sobre la situación que sufre.
- Fomentar sentimientos de esperanza sobre la situación y manifestarle que se le ayudará.
- Mantener la confidencialidad.
- Ayudar en el proceso de reparación del daño y del perdón.

- Vigilar para que no se repitan esas situaciones.
- Nombrar a una profesora o profesor para garantizar el acompañamiento, tutor o tutora afectiva.

Los/las profesores/as pueden ser muy importantes en el día a día de la víctima, porque pueden actuar para prevenir la situación de bullying, convirtiéndose en el confidente del alumno/a para entender así la situación por la que éstos/as están pasando y buscar las mejores formas de ayuda.

En el caso de la persona o personas que practican el acoso escolar, se puede actuar de las siguientes maneras:

- Hablar por separado con cada una de las personas implicadas.
- Seguir el método de no inculpación.
- Mantener la confidencialidad (se ha obtenido la información de otras fuentes).
- Fomentar la responsabilidad de reparar el daño causado.
- Promover que se comprometa a solucionar la situación.
- Buscar la participación del alumno/a en la búsqueda de soluciones.
- No implicar y evitar nombrar a quien sufre el acoso.
- Realizar un seguimiento con cada alumna/o implicado durante varias semanas.

Como se ha comentado anteriormente, para solucionar el bullying, la intervención no se debe centrar únicamente en la víctima sino que también es de vital importancia incidir en el acosador para que cambie su conducta, y por ello, el profesorado debe mediar con los alumnos/as siguiendo varias estrategias (realizar actividades, reuniones con el acosador, fomentar la responsabilidad...).

En el caso del grupo de iguales, se puede actuar de las siguientes maneras:

- Hablar con cada una de las partes por separado, manteniendo la confidencialidad.
- Fomentar la práctica de actividades grupales de prevención del acoso escolar.

- Promover la responsabilidad del alumnado para comentar al profesorado las agresiones y la colaboración, tanto ante las situaciones de acoso como para la reparación del daño.<sup>27</sup>

En el caso de grupo de iguales, para prevenir las situaciones de acoso escolar es conveniente realizar actividades grupales para que los alumnos/as aprendan a respetarse, a tener empatía..., fomentando así el compañerismo y conseguir un clima escolar favorable.

Atendiendo a la edad objeto de este proyecto, 12-14 años, son niños y niñas que están ya en centros de secundaria. El alumnado de 12 años además experimenta por primera vez la vida en un centro de secundaria, siendo un año especialmente difícil pues es un año de transición de un centro de Primaria a uno de Secundaria con características educativas y sociales diferentes:

Los centros de educación secundaria son centros que atienden una etapa obligatoria para todos los alumnos/as desde los 12 hasta los 16 años, su duración es de 4 cursos no agrupados en ciclos. Es una etapa comprensiva y también propedéutica (prepara para el acceso al mundo laboral o a Ciclos Formativos de Grado Medio o Bachillerato).

Pero esta etapa es además terminal, al acabar, el alumnado que ha logrado adquirir los objetivos de la etapa recibe un título de Graduado en ESO que le permite acceder a estudios superiores y/o al mundo laboral.

En cambio, los centros de educación primaria son una etapa obligatoria para todos los alumnos/as desde los 6 hasta los 12 años, la educación es comprensiva y también propedéutica (preparatoria para futuros estudios o para la inserción laboral), en primaria se prepara para secundaria. Tiene una duración de 6 cursos agrupados en tres ciclos.

---

<sup>27</sup> González, V. (2009). "Guía para el profesorado sobre acoso escolar: detección, identificación, intervención y prevención". Extraída el 17/04/2016.

Según el punto de vista pedagógico, el cambio de un centro de educación primaria a un centro de educación secundaria no es un acontecimiento puntual, sino que sigue las siguientes pautas:

- Dura un tiempo.
- Conlleva un cambio de entorno.
- Conlleva cierta ruptura.
- Indica momentos en los que el alumno/a siente inquietud, cierto nerviosismo, etc.
- Apela a acontecimientos importantes que pueden dejar huella.
- Implica transformaciones y procesos de adaptación con consecuencias en el futuro y en su crecimiento.
- Señala posibilidad de experimentar traumas o molestias importantes.

La organización del sistema educativo responde a una acomodación entre el sistema escolar y los estadios evolutivos:

- Primera infancia - Educación Infantil.
- Infancia media - Educación Primaria.
- Adolescencia- ESO (Educación Secundaria).

Por lo que hemos visto, el comienzo de la adolescencia coincide con el cambio de la etapa de primaria a secundaria, lo que implica muchos cambios:

#### Cambios a nivel físico:

- Aumento de vello corporal.
- Agravamiento de la voz en el caso de los chicos.
- Aparición de granos.
- Acumulación de grasa en ciertas partes del cuerpo.
- Etc.

A nivel psicológico, estos cambios físicos a su vez provocan cambios importantes en la personalidad:

- Producen inseguridad.
- Sentimientos de inferioridad.
- Desconcierto.
- Enfado.

Estos cambios y los sentimientos que producen llevan en la mayoría de los adolescentes a un periodo de introspección, de egocentrismo. El centro del mundo son ellos mismos.

Debido a todos estos cambios que los adolescentes están experimentando tanto físicos como psicológicos, este proyecto va dirigido a alumnos/as que empiezan en la adolescencia, en los cursos de 1º y 2º de ESO. Estos alumnos/as pueden desencadenar algún o algunos episodios de acoso escolar o bullying en los centros de educación secundaria.

Es por ello, por lo que se pretende ayudar o guiar al profesorado y al alumnado, en caso de sospecha de algún episodio de acoso escolar, para poder solventarlo de la mejor manera posible y recurriendo a tiempo al problema.

#### Marco normativo estatal:

No existe en el Código Penal ninguna falta o delito que recoja específicamente el acoso escolar, de modo que todas las acciones referidas a este concepto quedan dentro del delito de “trato degradante” del Código Penal (artículo 173.1) si se trata de mayores de 18 años, y se castiga con una pena de prisión de seis meses a dos años.

Si por el contrario, el acosador es menor de edad, se aplica el artículo 8 del Real Decreto 732/1995, de 5 de mayo de 1995 (Derechos y deberes de los alumnos y normas de la convivencia en los centros) que señala que son la Administración Educativa y los Órganos de Dirección del centro docente “los agentes responsables de frenar el acoso escolar” con medidas oportunas encaminadas a garantizar la seguridad del acosado: sanciones, expulsiones o reuniones con alumnos/as y padres.

## OBJETIVOS DEL PROYECTO

### Objetivo general:

- Prevenir las conductas agresivas que contribuyen al acoso escolar.

### Objetivos específicos:

- Informar y sensibilizar sobre el acoso escolar y sus características.
- Orientar sobre el fenómeno del cyberbullying fuera de las aulas.
- Aprender a canalizar sus emociones negativas; rabia, ira, frustración, etc.
- Transformar sus pensamientos negativos por otros más adaptativos.

### Objetivo General:

- Evitar el uso de la violencia como resolución de conflictos.

### Objetivos específicos:

- Potenciar que los alumnos establezcan entre ellos relaciones de convivencia basadas en el respeto mutuo, la empatía y la asertividad.
- Lograr el respeto a través del aprendizaje cooperativo.
- Sensibilizar al alumnado para que diferencie lo que es un conflicto de lo que es la violencia.
- Enseñar a resolver conflictos de forma positiva, sin violencia.
- Ofrecer un contexto donde se pueda comentar, hablar y exponer las dificultades y tensiones que puedan darse en el aula y en el colegio.

## METODOLOGÍA

Se plantea un proyecto para que el profesorado pueda desarrollar un trabajo de sensibilización del alumnado hacia el acoso escolar en el aula.

Se realizará mediante una campaña de sensibilización a nivel de aula, la finalidad de dicha campaña es que los alumnos/as en general, y los posibles agresores en particular comiencen a empatizar con el problema del bullying y a sensibilizarse sobre la diversidad funcional de las personas y sus necesidades, características, intereses...etc.

Con esta campaña de sensibilización se pretende crear un clima positivo democrático donde el diálogo sea la base de resolución de posibles conflictos o discrepancias.

Esto se llevará a cabo a partir de diversas actividades dedicadas a que los alumnos/as conozcan y se sensibilicen con el acoso escolar, puedan resolver conflictos sin conductas de violencia, ayudarlos a empatizar con el resto de compañeros/as, a que puedan transformar sus pensamientos negativos en otros más adaptables y que puedan canalizar sus emociones negativas.

### Actividades:

Se distribuirán en distintas fases:

*1ª Fase: Informar sobre el acoso escolar a alumnos/as y profesores.*

#### **Actividad nº 1**

**Título:** “Charla informativa sobre el acoso escolar para los profesores/as”

#### **Objetivo:**

- Informar y sensibilizar sobre el acoso escolar y sus características.
- Orientar sobre el fenómeno del ciberbullying fuera de las aulas.

**Desarrollo de la actividad:** Un pedagogo/a impartirá una charla sobre el origen y las características del acoso escolar y ciberbullying, los tipos de bullying y ciberbullying existentes, los elementos facilitadores o desencadenantes del bullying, los tipos de perfiles y cómo debe actuar un profesor/a ante el bullying. La charla va dirigida a los profesores/as de 1º y 2º de E.S.O del centro escolar en cuestión.

**Duración:** 60 minutos.

**Recursos materiales:** Proyector, portátil.

#### **Actividad nº 2**

**Título:** “Charla informativa sobre el acoso escolar”.

#### **Objetivo:**

- Informar y sensibilizar sobre el acoso escolar y sus características.
- Orientar sobre el fenómeno del ciberbullying fuera de las aulas.

**Desarrollo de la actividad:** Los profesores/as darán una charla a sus alumnos/as sobre el origen y las características del acoso escolar, los tipos de bullying existentes, los

elementos facilitadores o desencadenantes del bullying e información tanto del perfil del agresor como de la víctima. Antes de comenzar con la charla, se les repartirá a los alumnos/as un resumen de la charla con los contenidos más importantes, para que los tengan en cuenta a lo largo de todas las actividades (Anexo 1). Para finalizar, se les mostrará un corto sobre el bullying (11:02 minutos), y se les formulará a los/as alumnos/as las siguientes preguntas de forma oral y aleatoriamente:

- ¿Han entendido el significado que quiere transmitir el corto?
- ¿Saben diferenciar los diferentes tipos de bullying que se han visto a lo largo del corto?
- ¿Habéis sido capaces de ver los elementos desencadenantes del agresor?
- ¿Cómo crees que se sentía la víctima? ¿Cuáles fueron los motivos que la llevaron al suicidio? ¿Cómo actuaríais si fueseis testigos de una situación similar?

Link del vídeo: <https://www.youtube.com/watch?v=9qd0ZzWb4Uw>

**Duración:** 60 minutos.

**Recursos materiales:** Proyector, portátil.

*2ª Fase: Sensibilizar sobre el acoso escolar.*

### **Actividad nº 3**

**Título:** “Cuestionario de prevención y detección de acoso escolar”.

**Objetivo:** Informar y sensibilizar sobre el acoso escolar y sus características.

**Desarrollo de la actividad:** Los profesores/as repartirán a los alumnos/as un cuestionario (Anexo 2) en el que se les pide que respondan con total sinceridad. El cuestionario se basa en preguntas relacionadas con la convivencia que tienen los alumnos/as en las aulas y sirve para poder detectar algún episodio de acoso escolar que requiera atención específica.

**Duración:** 30 minutos.

**Recursos materiales:** Cuestionario fotocopiado para cada alumno/a.

#### **Actividad nº4**

**Título:** “Mitos sobre el ciberbullying”

**Objetivo:** Orientar sobre el fenómeno del ciberbullying fuera de las aulas.

**Desarrollo de la actividad:** El profesor/a ordenará a los alumnos/as que rueden los pupitres y sillas a ambos lados de la clase dejando un gran espacio en el medio. A continuación, el profesor/a debe decir una frase sobre el ciberbullying y los alumnos/as se colocarán en el lado izquierdo del aula si están de acuerdo o al lado derecho si piensan que la afirmación es falsa. Se deben justificar las respuestas y los profesores/as realizarán una explicación sobre las mismas. Si es necesario se aclararán conceptos.

Las afirmaciones con sus correspondientes explicaciones son las siguientes:

- *Si alguien te está molestando o insultando, puedes bloquear al remitente como no deseado y no recibirás más mensajes.*

Verdadero. No se debe aguantar ese tipo de conductas. Tanto las redes sociales como los chats tienen dispositivos de bloqueo para evitar usuarios molestos.

- *Si el ciberbullying se realiza de forma anónima es imposible saber quién lo realiza.*

Falso. Es cierto que en Internet muchas personas utilizan nicks y muchas veces, inventan perfiles y características personales falsas. A veces, este anonimato puede favorecer las actitudes agresivas por parte de las personas que se creen anónimas. No obstante, es bastante fácil identificar la dirección desde donde se envían los mensajes. La dirección I.P. de nuestro ordenador es como nuestro DNI. Además, aunque los mensajes se envíen desde ciber-cafés o los ordenadores del instituto, sigue resultando fácil reconocer a la persona que está detrás, puesto que siempre se piden datos reales para utilizar los ordenadores públicos. Por lo tanto, es importante, que en este caso avises a tus padres o profesores de lo que está pasando, para que puedan investigar la dirección I.P del ordenador donde surgió esta situación.

- *El ciberbullying termina con el paso del tiempo. Si denuncias será peor.*

Falso. Es la falta de denuncia la que facilita que el agresor mantenga el acoso. La manera más eficaz de acabar con el ciberbullying es contándoselo a alguien que te pueda ayudar. No se trata de una broma pesada de la que el agresor se cansará al cabo de un tiempo.

➤ *El ciberbullying tiene consecuencias para el agresor y para la víctima.*

Verdadero. No solo nos referimos a las consecuencias legales de cometer un delito. La víctima puede padecer enfermedades psíquicas y físicas tales como depresión, fobia escolar, ansiedad, trastornos de aprendizaje, cefalea, dolor abdominal, etc. Pero además, hay estudios que demuestran que el agresor también puede sufrir ansiedad, trastornos de conducta y baja autoestima.

**Duración:** 40 minutos.

**Recursos materiales:** No se necesita.

### **Actividad nº5**

**Título:** Película “Ciberbullying”

**Objetivo:** Orientar sobre el fenómeno del ciberbullying fuera de las aulas.

**Desarrollo de la actividad:** El profesor/a pondrá una película llamada “Ciberbullying” que tendrá una duración de 1:26:59h, para que los alumnos/as la vean. Cuando terminen de ver la película, el profesor/a les hará una serie de preguntas a los alumnos/as relacionadas con la película en la cual tendrán que reflexionar sobre lo que han visto. Las preguntas se harán de forma oral a toda la clase.

Las preguntas son las siguientes:

- ¿Cómo creen que se sentirían en el lugar de la protagonista Taylor?
- ¿Alguno/a de ustedes ha sufrido una situación similar?
- ¿Alguno/a de ustedes ha visto de cerca alguna situación así?
- ¿Alguno/a de ustedes ha sentido que al decir algo a otra persona por redes sociales o internet es menos serio que si se lo dijeras en persona?
- Según el grupo de apoyo al que asiste Taylor ¿Cómo tienes que actuar ante una situación de ciberbullying? ¿Alguna vez han actuado así?

Link de la película: <https://www.youtube.com/watch?v=kmZZZbSx-Xw>

**Duración:** 2 horas.

**Recursos materiales:** portátil, proyector.

*3º Fase: Concienciación sobre el acoso escolar.*

### **Actividad nº 6**

**Título:** “Conóceme”

**Objetivo:** Potenciar que los alumnos establezcan entre ellos relaciones de convivencia basadas en el respeto mutuo, la empatía y la asertividad.

**Desarrollo de la actividad:** Los profesores/as invitan a formar dos círculos (uno dentro del otro) con igual número de alumnos/as y mirándose frente a frente. A continuación, se presentan con su nombre y se dan un abrazo, dicen lo que les gusta y lo que no les gusta hacer.

El profesor da la señal para que se rueden los círculos cada uno en sentido contrario, de tal forma que le toque a otro alumno/a diferente.

**Duración:** 60 minutos.

**Recursos materiales:** No se necesita.

### **Actividad nº7**

**Título:** “De – a +”

**Objetivos:** Transformar los pensamientos negativos por otros más adaptativos y aprender a canalizar sus emociones negativas; rabia, ira, frustración, etc.

**Desarrollo de la actividad:** Los profesores/as repartirán un folio a cada alumno/a y le dirán lo siguiente: “Son muchas las ocasiones en las que sin darnos cuenta, tenemos pensamientos negativos. Estos pensamientos negativos nos los creemos, sin razones para ello, y nos impiden hacer determinadas cosas. Vamos a buscar pensamientos negativos y anotarlos en el folio”. A continuación, se les pedirá que a cada pensamiento negativo lo transformen en positivo y lo anoten en otro folio distinto.

Ejemplos: Nunca me va a salir – Si pongo empeño me saldrá bien.

No puedo hacerlo – Si quiero, puedo.

Seguro que me sale mal – Si lo intento me saldrá bien.

Por último, se dividirá a los alumnos/as en grupos de 5 y se les entregará una cartulina a cada grupo. En esas cartulinas el profesor/a les pedirá a cada grupo que anoten los pensamientos positivos que ha transformado cada uno. Las cartulinas serán colgadas en la pared del aula para que lo tengan siempre a la vista.

**Duración:** 60 minutos.

**Recursos materiales:** Folios y cartulinas.

### ***Actividad nº 8***

**Título:** “Yo me siento mal cuando...”

**Objetivo:** Ofrecer un contexto donde se pueda comentar, hablar y exponer las dificultades y tensiones que puedan darse en el aula y en el colegio.

**Desarrollo de la actividad:** Los profesores/as colocarán a los alumnos/as en círculo. A continuación, los alumnos/as expresarán las situaciones en las que se sienten molestos o tensos en el ámbito escolar utilizando la frase “yo me siento mal cuando...”.

Por ejemplo, “yo me siento mal cuando salgo a la pizarra”, “yo me siento mal cuando discuto con una compañera”, etc.

**Duración:** 60 minutos.

**Recursos materiales:** No necesita.

### ***Actividad nº9***

**Título:** “Responde de forma empática”

**Objetivo:** Potenciar que los alumnos establezcan entre ellos relaciones de convivencia basadas en el respeto mutuo, la empatía y la asertividad.

**Desarrollo de la actividad:** Los profesores/as pondrán ejemplos a los alumnos/as de cómo expresar a otra persona las situaciones que le molestan o le incomodan de forma

empática. Por ejemplo, “Me cabrea que no me paséis la pelota cuando jugamos a fútbol”. Respuesta Empática: Me siento mal cuando no me pasáis la pelota porque me siento excluido.

A continuación, los profesores les repartirán una lista con las siguientes frases para que los alumnos/as la transformen de forma correcta:

- No voy a prestarte los apuntes, hazlos tú.
- Eres un mal amigo/a por no invitarme a jugar contigo.
- Odio que me interrumpas cada vez que hablo.
- Eres un vago, nunca haces nada en los trabajos grupales.
- Eres un egoísta, no quieres compartir tu merienda conmigo.

**Duración:** 40 minutos.

**Recursos materiales:** Folios.

### **Actividad nº 10**

**Título:** “Simulación de roles”

**Objetivos:**

- Sensibilizar al alumnado para que diferencie lo que es un conflicto de lo que es la violencia.
- Aprender a canalizar sus emociones negativas; rabia, ira, frustración, etc.
- Potenciar que los alumnos establezcan entre ellos relaciones de convivencia basadas en el respeto mutuo, la empatía y la asertividad.
- Enseñar a resolver conflictos de forma positiva, sin violencia.

**Desarrollo de la actividad:** Los profesores/as piden 5 voluntarios/as para interpretar roles frente al grupo (el diálogo puede ser improvisado o planificado) 2 personajes se burlarán de un tercer personaje que hará de víctima, mientras que los otros dos personajes restantes intervendrán para defender a la víctima, sin agredir a quienes se burlan.

Después de interpretar la escena, se les hará al grupo las siguientes preguntas:

- ¿Cómo fue la interpretación de sus compañeros?

- ¿Qué sintieron cuando los personajes intervinieron para detener las agresiones?
- ¿Cómo hubieras reaccionado en el papel de víctima?

Al voluntario/a que hizo el papel de víctima se le preguntará: ¿Qué opina de esta experiencia?

A los agresores/as se les preguntará: ¿Qué sintieron en el momento que intervinieron para detener sus abusos?

A los defensores/as se les preguntará: ¿Qué sintieron cuando detuvieron a los agresores?

**Duración:** 40 minutos.

**Recursos materiales:** No es necesario.

### ***Actividad nº11***

**Título:** “Ponte en situación”

**Objetivos:** Enseñar a resolver conflictos de forma positiva, sin violencia.

**Desarrollo de la actividad:** El profesor/a tendrá que dividir a los alumnos/as en tres grupos iguales (Grupo A, Grupo B, Grupo C). A continuación, relatará una situación real vivida en las aulas para posteriormente pedirles a cada grupo que se pongan en situación con una serie de características que las escribirá en la pizarra.

La situación es la siguiente: “El jueves de la próxima semana es festivo, por lo tanto, me tienen que comunicar si se van a coger el viernes de puente, para yo no perder mi tiempo viniendo a clase”.

Las características de cada grupo son las siguientes:

Grupo A: Están de acuerdo en coger el puente, porque así consideran que tienen más tiempo para hacer deberes.

Grupo B: No están de acuerdo con coger el puente, porque consideran que el viernes toca una asignatura en la cual explican temario importante que puede entrar en el examen.

Grupo C: Les da igual coger el puente o no, están conformes con la decisión de ambos grupos anteriores.

A continuación, el profesor/a les dará unos 30 minutos de tiempo para que los grupos puedan llegar a un acuerdo, y de esta manera, se inicie un debate.

Para finalizar, el profesor/a les hará las siguientes preguntas: ¿Cómo nos hemos sentido?; ¿Qué posturas se han dado?; ¿Cuál es el conflicto?

**Duración:** 60 minutos.

**Recursos materiales:** No es necesario.

*4º Fase: Efectividad de la intervención.*

### **Actividad nº 12**

**Título:** “Cuestionario de prevención y detección de acoso escolar”.

**Objetivo:** Informar y sensibilizar sobre el acoso escolar y sus características.

**Desarrollo de la actividad:** Los profesores/as volverán a repartir a los alumnos/as el cuestionario que hicieron en una actividad anterior (Anexo 2) para comprobar si la convivencia en las aulas sigue siendo la misma o ha mejorado. Por tanto, se comprobará la efectividad de la intervención. Se les pide a los alumnos/as total sinceridad en sus respuestas.

**Duración:** 30 minutos.

**Recursos materiales:** Cuestionario fotocopiado para cada alumno/a.

## Evaluación de las Actividades

La evaluación de las actividades consiste en hacer un seguimiento de los alumnos/as durante la realización de las actividades sometiéndose éstas al criterio de evaluación del profesores/as. Esta evaluación consistirá en un sistema de evaluación continua a través de técnicas observacionales y se aplicará según los siguientes métodos:

- 1) La elaboración de un diario narrativo, en el que se detalla lo que sucede en cada sesión y donde se incorporan las actividades.
- 2) La evaluación sistemática, a través de una ficha de observación de las actividades. (Anexo 3).

Para ello, un profesor/a dirige la actividad y otro profesor/a hace las funciones de apoyo a la intervención mediante la observación de las actividades, por tanto, un/a profesor/a realizará un diario en el que describe lo que observa y otro profesor/a realizará una ficha de observación, pudiendo posteriormente contrastar ambos registros para el análisis del desarrollo de las distintas actividades.

Este modo de seguimiento permite valorar la situación del grupo y captar cambios observando progresos y repercusiones en el grupo, lo que posibilita concretar objetivos precisos de trabajo con los alumnos/as, a partir de dificultades que se observan en los mismos. Esta metodología formula estrategias de intervención con ese grupo específico y establece preguntas que favorecen el diálogo en relación con los diversos temas que se abordan en el proyecto.

*El diario* registra lo que ocurre en la dinámica grupal de forma narrativa, en él, el profesor describe las conductas que observa mediante el desarrollo de las actividades, los contenidos que se enuncian en las fases de diálogo y los resultados de ese grupo en las actividades. Además, en estos registros también se pueden citar diferentes aspectos:

- El grado de participación.
- El respeto por las reglas o normas de cada actividad.
- La rigidez o flexibilidad en las elecciones libres de compañeros de juego.
- Los conflictos que aparecen y la forma en la que se resuelven.
- Los procesos de comunicación dentro del grupo.

- Las emociones que los miembros del grupo expresan y las formas de organización grupal del juego.

También pueden aparecer en el diario anécdotas poco frecuentes como conflictos o acercamientos amistosos entre dos niños/as que suelen pelearse.

*La ficha de observación* es un instrumento de investigación, evaluación y recolección de datos, referente a un objetivo específico en el que se determinan variables específicas. Se usan para registrar datos con el fin de establecer mejoras futuras en las actividades. Las fichas de observación se usan para proporcionar información valiosa para fortalecer, modificar y mejorar los procesos de aprendizaje. También permiten recopilar y ordenar los criterios de desempeño y cumplimiento de cada estudiante respecto a los aprendizajes propuestos.

### Temporalización

Las actividades se realizarán dos horas semanales en horario de mañana. En total son 12 actividades: dos pertenecientes a la fase de “Informar sobre el acoso escolar a alumnos y profesores”, tres pertenecientes a la fase de “Sensibilizar sobre el acoso escolar”, seis referidas a la fase de “Concienciación sobre el acoso escolar” y una última actividad perteneciente a la fase de “Efectividad de la intervención”. Son estructuradas a lo largo de seis semanas de intervención.

Enero							Febrero						
Dom	Lun	Mar	Mié	Jue	Vie	Sáb	Dom	Lun	Mar	Mié	Jue	Vie	Sáb
1	2	3	4	5	6	7				1	2	3	4
8	9	10	11	12	13	14	5	6	7	8	9	10	11
5	16	17	18	19	20	21	12	13	14	15	16	17	18
22	23	24	25	26	27	28	19	20	21	22	23	24	25
29	30	31					26	27	28				

Actividad nº1	Yellow
Actividad nº 2	Purple
Actividad nº 3	Cyan
Actividad nº 4	Light Green
Actividad nº 5	Red
Actividad nº6	Orange

Actividad nº 7	Green
Actividad nº 8	Light Orange
Actividad nº 9	Blue
Actividad nº 10	Grey
Actividad nº 11	Brown
Actividad nº 12	Dark Green

## EVALUACIÓN DEL PROYECTO

La evaluación garantiza que el proyecto que se propone funcione adecuadamente. Debemos obtener frecuentemente información sobre la evaluación para valorar los métodos propuestos, para ver cómo se van desarrollando las actividades, para evaluar los resultados y para conseguir que las actividades sean efectivas y que se cumplan así, los objetivos del proyecto.

Dicha evaluación se basará en una evaluación procesual e interna, la evaluación procesual es un proceso continuo y sistemático de evaluación, con el objetivo de mejorar los resultados de los estudiantes que será, en este caso, disminuir o acabar con la situación de bullying, a través de las actividades que dichos alumnos/as van a realizar. Interna, porque será realizada por los profesores que llevan a cabo el proyecto.

La evaluación final del proyecto se basará en un cuestionario de satisfacción que realizarán los propios/as alumnos/as para que sean ellos/as mismos/as los que evalúan el proyecto. El cuestionario está elaborado mayormente con preguntas cerradas, de elección dicotómica (Sí/No), tricotómicas y de alternativas múltiples. Se responderán de forma anónima. (Anexo 4).

Cabe destacar, que la evaluación de las actividades ya ha sido elaborada anteriormente con un diario narrativo y una ficha de observación realizado por los profesores. Los profesores/as también evaluarán mediante los cuestionarios utilizados en las

actividades nº3 y nº12 para saber si el efecto que ha tenido sobre el alumno/a ha sido positivo, si han disminuido o si por el contrario, han permanecido las conductas de acoso escolar.

#### **PRESUPUESTO**

<b>GASTOS</b>	<b>UNIDADES</b>	<b>PRECIO</b>
Pedagogo/a	1	70 €/Hora
Folios	500	3,95 €
Cartulinas	5 paquetes de 50 unidades	25 €
Fotocopias	360	18€
<b>TOTAL</b>		<b>116,95 €</b>

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Andreou, (2000); Slee, (1995). Extraída desde “La escuela inclusiva ante el acoso escolar”.

Andreou, (2001); Espelage, Hold y Henkel, (2003); Orobio de Castro et al., (2002). Extraída desde “La escuela inclusiva ante el acoso escolar”.

Asociación Española para la prevención del acoso escolar (2015). “Características y datos sobre el acoso escolar o bullying”. (2015). Extraída el 20/03/2016 desde <http://aepae.es/acoso-escolar>

Bulach et al.(2001). Extraída desde “La escuela inclusiva ante el acoso escolar”.

Bulach, Fulbright y Williams, (2002); Isernhagen y Harris, (2002); Ma-x, (2002). Extraída desde “La escuela inclusiva ante el acoso escolar”.

“Bullying o acoso escolar: ¿Qué dice la ley en España?”.(2016, marzo 28). En *Revista Europa Press*. Extraída el 25/03/2016 desde <http://www.europapress.es/sociedad/educación/noticia-bullying-acoso-escolar-dice-ley-españa-20160128133022.html>

Chapell. (2004). Extraída desde “La escuela inclusiva ante el acoso escolar”.

Curtner, (2000); Dupper y Meyer, (2002); Nabuzoka, (2003) .Extraída desde “La escuela inclusiva ante el acoso escolar”.

Dan Olweus. (1970). Extraída desde “Orígenes del acoso escolar, bullying. Blog de Grace Toledo”.

Ericsson. (2001). Extraída desde “La escuela inclusiva ante el acoso escolar”.

Garaigordobil, M.(2011). “Prevalencias y consecuencias del Cyberbullying: una revisión”. En *Revista International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, núm.2. Extraída el 05/05/2016 desde <http://online.ucv.es/obvio/files/2015/02/Gairagordobil-2011.-Prevalencia-y-consecuencias-del-cyberbullying.pdf>

Garbarino y de Lara, (2003); Mullin, (2003); Banks, (1997). Extraída desde “La escuela inclusiva ante el acoso escolar”.

González, V. (2009). "Guía para el profesorado sobre acoso escolar: detección, identificación, intervención y prevención". Extraída el 17/04/2016 desde <http://www.gobiernodecanarias.org/opencmsweb/export/sites/educacion/web/.content/publicaciones/archivos/documento/guia-acoso.pdf>

Hernández Ganda. (2001). Extraída desde "La escuela inclusiva ante el acoso escolar".

Jonson. (2002). Extraída desde "La escuela inclusiva ante el acoso escolar".

Karatzias. (2002). Extraída desde "La escuela inclusiva ante el acoso escolar".

Kowalski et al. (2010). Extraída desde "Prevalencias y consecuencias del ciberbullying: una revisión"

Lumsden. (2002). Extraída desde "Orígenes del acoso escolar, bullying. Blog de Grace Toledo".

Martínez Otero Pérez. (2005). Extraída desde "La escuela inclusiva ante el acoso escolar".

Mayorga, M<sup>a</sup> J. y Madrid, D. (2010). "La escuela inclusiva ante el acoso escolar". En *Revista educación inclusiva*, núm.7. Extraída el 28/04/2016 desde <http://www.ujen.es/revista/rei/linked/documentos/documentos/11-9.pdf>

Nansel et. al.(2003). Extraída desde "La escuela inclusiva ante el acoso escolar".

Olweus. (1983). Extraída desde "Orígenes del acoso escolar, bullying. Blog de Grace Toledo".

Olweus. (2003). Extraída desde "La escuela inclusiva ante el acoso escolar".

Oñedera. (2008). Extraída desde "La escuela inclusiva ante el acoso escolar".

"Preparados para el cambio: de primaria a secundaria". Extraída el 05/04/2016 desde <https://www.google.es/webhp?sourceid=chrome-instant&ion=1&espv=2&ie=UTF-8#q=%E2%80%9CPreparados+para+el+cambio%3A+de+primaria+a+secundaria%E2%80%9D>(Descargar el documento .DOC)

Rugby, (2004); Tapper, (2005); Solberg, (2003). Extraída desde "La escuela inclusiva ante el acoso escolar".

Smith. (2000). Extraída desde "Prevalencias y consecuencias del ciberbullying: una revisión".

Toledo, G. (2013, marzo 6). "Orígenes del acoso escolar, bullying. Blog de Grace Toledo".

Extraída el 22/03/2016 desde <http://www.eduglobal.cl>

Van der Wal. (2003). Extraída desde "La escuela inclusiva ante el acoso escolar".

Weinhold. (2000). Extraída desde "La escuela inclusiva ante el acoso escolar".

Yoon. (2003). Extraída desde "La escuela inclusiva ante el acoso escolar".

## ANEXOS

### Anexo 1: Resumen de la charla sobre el acoso escolar.

#### **¿Qué es el bullying?**

Es agredir o humillar a otra persona. Otras formas de hacer bullying son insultar, divulgar rumores, herir físicamente o emocionalmente, ignorar a alguien.

Los que hacen bullying molestan a los más vulnerables, aquellos/as que son diferentes porque no usan ropa de moda, porque forman parte de una minoría social o racial, porque se están desarrollando y parecen ser torpes con su cuerpo, porque tienen sobrepeso o algún rasgo físico característico (como orejas o nariz grandes), porque presentan alguna discapacidad, o porque son más estudiosos o muy tímidos.

**Tipos de bullying:** verbal (insultos) y físico (Golpes)

#### **¿Qué es el cyberbullying?**

El cyberbullying se produce cuando la agresión e intimidación a un compañero o compañera ocurre a través del uso de la tecnología e Internet (ordenadores, móviles y otros dispositivos electrónicos).

**Tipos de Cyberbullying:** Puede ser mediante mensajes de texto crueles; la divulgación de rumores falsos o mentiras por e-mail o en las redes sociales; la publicación de videos avergonzantes para el acosado; y la creación de perfiles falsos en las redes sociales o de Internet con el único fin de burlarse de alguien.

#### **Perfil del agresor**

Es quien deliberadamente hace uso de la fuerza para acosar a otro/a, normalmente ante la mirada de los demás compañeros/as. Así se siente poderoso/a ante los demás, pero se asegura de ocultar su comportamiento frente a los docentes y otros adultos. Este tipo de conductas puede estar reflejando necesidades afectivas, conflictos familiares o problemas no resueltos adecuadamente.

### **Perfil de la víctima**

Son las personas que son objeto de comportamientos molestos o de intimidación constante. Suelen bajar su rendimiento académico, autoestima, sufren pesadillas, ansiedad y periodos depresivos.

### **Elementos desencadenantes del bullying**

En general, las causas o factores que provocan el acoso en los centros educativos suelen ser personales, familiares y escolares. En lo personal, el acosador se ve superior, bien porque cuenta con el apoyo de otros atacantes, o porque el acosado es alguien con muy poca capacidad de responder a las agresiones. En la mayoría de las ocasiones, el acosador lo que quiere es ver que el acosado lo está pasando mal.

### **Anexo 2: Cuestionario para los alumnos/as.**

Responde estas preguntas marcando con una "X" en la casilla correspondiente.

<b>PREGUNTAS</b>	<b>SI</b>	<b>NO</b>
¿Algún compañero/a te chilla o te grita?		
¿Algún compañero/a hace gestos de burla o desprecio hacia ti?		
¿Algún compañero/a se mete contigo por tu forma de ser?		
¿Algún compañero/a se ha burlado de tu apariencia física?		
¿Algún compañero/a te ha acusado por cosas que no has dicho o no has hecho?		

¿Algún compañero/a cuenta mentiras sobre ti?		
¿Algún compañero/a te insulta?		
¿Algún compañero/a se burla de ti cuando te equivocas?		
¿Algún compañero/a no te habla?		
¿Algún compañero/a te llama por motes que no te gustan?		
¿Algún compañero/a no te deja jugar con él/ella?		
¿Algún compañero/a te ha amenazado con pegarte?		
¿Has sufrido algún tipo de ciberbullying por parte de algún compañero/a?		
¿Algún compañero/a te ha empujado?		

**Anexo 3: Ficha de observación.**

<b>DIARIO DE OBSERVACIÓN</b>		
Actividad N°:		Fecha y hora:
<b>DIMENSIONES</b>	Normas	
	Atención	
	Participación	
	Compañerismo	
	Respeto	
	Conflictos	
	Resolución de conflictos	
	Creatividad	
	Reflexión	

**Anexo 4: Cuestionario de satisfacción para el alumnado.**

**1. Sexo y edad**

Mujer

Hombre

Edad\_\_\_

**2. ¿Te ha gustado el proyecto?**

Sí

No

**3. ¿Qué te han parecido las actividades?**

Nada entretenidas

Poco entretenidas

Entretenidas

Muy entretenidas

#### 4. ¿Qué actividad te ha gustado más?

Charla informativa sobre acoso escolar

Cuestionario de prevención y detección de acoso escolar

Mitos sobre el Cyberbullying

Película Cyberbullying

Conóceme

De – a +

Yo me siento mal cuando...

Responde de forma empática

Simulación de roles

Ponte en situación

Cuestionario de prevención y detección de acoso escolar

#### 5. ¿Eliminarías alguna actividad? En caso afirmativo ¿Cuál o cuáles de ellas?

Sí

No

Charla informativa sobre acoso escolar

Cuestionario de prevención y detección de acoso escolar

Mitos sobre el Cyberbullying

Película Cyberbullying

Conóceme

De – a +

Yo me siento mal cuando...

Responde de forma empática

Simulación de roles

Ponte en situación

Cuestionario de prevención y detección de acoso escolar

**6. ¿Cambiarías algo de alguna actividad? En caso afirmativo ¿Qué cambiarías?**

Sí  No

**Cambiaría:**

.....  
.....  
.....  
.....

**7. ¿Cómo ha sido la relación de los profesores hacia vosotros/as?**

Malo  Regular  Bueno  Muy bueno

**8. ¿Crees que los profesores encargados se han implicado?**

Nada  Poco  Bastante  Mucho

**9. ¿Te gustaría que se implantaran más proyectos de este tipo?**

Sí  No

**10. ¿Crees que te servirán los contenidos del proyecto para aplicarlos en tu vida cotidiana?**

Sí  No

**11. Del 1 al 10. ¿Cuál es tu grado de satisfacción sobre el proyecto?**

1  2  3  4  5  6  7  8  9  10