



UNIVERSIDAD DE LAS PALMAS DE GRAN CANARIA
Estructura de Teleformación

ANÁLISIS SOBRE LOS PROGRAMAS DE ACOSO

GRADO DE MAESTRO EN EDUCACIÓN PRIMARIA (NO PRESENCIAL)

ESTRUCTURA DE TELEFORMACIÓN

UNIVERSIDAD DE LAS PALMAS DE GRAN CANARIA

AUTORA: CRISTINA GARCHITORENA GARCÍA

JULIO 2017

TUTOR: MANUEL DE ARMAS HERNÁNDEZ

RESUMEN

El presente trabajo expone la problemática del *bullying* y analiza tres programas exitosos contra el acoso escolar de diferentes países: el programa Kiva (Finlandia), el programa Zero (Noruega) y el programa *Mybullying* (España). El fin de este análisis es encontrar las fortalezas y debilidades de cada programa para así entender cómo se podría crear un programa nuevo efectivo y adaptado al contexto español. Como resultado hemos creado un programa llamado PROJUCOAC utilizando la base del programa Kiva, la prevención y la realización de actividades con los alumnos; con actividades que recompensan valores positivos como en el programa Zero y de bajo coste y de rápida implantación como *Mybullying*.

Palabras clave:

Acoso Escolar - *Bullying* - Prevención - Programa contra el acoso escolar.

ABSTRACT

This paper presents the problem of bullying and analyzes three successful anti-bullying programs in different countries: the Kiva program (Finland), the program Zero (Norway) and Mybullying (Spain) program. The purpose of this analysis is to find the strengths and weaknesses of each program in order to understand how they could create a new and effective program adapted to the Spanish context. As a result we have created a program called PROJUCOAC using the base of the Kiva program, prevention and conducting activities with students; activities that reward positive values as the Zero program, low-cost and rapid deployment as Mybullying.

Key words:

School Harassment- Bullying- Prevention – Anti-Bullying Program

ÍNDICE DEL TFG

1. Introducción	1
2. Aproximación al concepto <i>bullying</i>	1
2.1. Definición del concepto.....	1
2.2. Consecuencias del bullying en las víctimas	5
3. Características de los programas <i>anti-bullying</i>	6
4. Los programas contra el acoso.....	7
4.1. Programa <i>anti-bullying</i> Kiva.....	7
4.2. Programa Zero	9
4.3. Programa <i>Mybullying</i>	11
5. Comparación de los programas: fortalezas y debilidades	13
6. Propuesta de intervención: Programa Juntos contra el Acoso (PROJUCOAC)	
6.1. Introducción	14
6.2. Objetivos.....	15
6.3. Destinatarios.....	15
6.4. Contenidos	15
6.5. Propuesta de actividades.....	16
6.6. Metodología	17
6.7. Recursos.....	18
6.8. Evaluación.....	18
7. Conclusiones	19
8. Referencias bibliográficas	21
9. Anexos.....	24
9.1. Anexo I: Vídeos.....	24
9.2. Anexo II: Contenidos del programa Zero	25
9.3. Anexo III: Mapa social del programa <i>Mybullying</i>	28
9.4. Anexo IV: Índice de tablas	28
9.5. Anexo V: Horario Educación Primaria.....	28
9.6. Anexo VI: Actividades de aproximación al concepto.....	29
9.7. Anexo VII: Actividades para la convivencia escolar	31
9.8. Anexo VIII: Actividades para las familias	32
9.9. Anexo IX: Cronograma de PROJUCOAC.....	33

1. INTRODUCCIÓN

El presente trabajo está centrado en un problema social y habitual en los colegios españoles, el *bullying* o acoso escolar. Nuestra intención es adentrarnos en dicho problema y entender no solo lo que significa el *bullying* para muchos niños sino también lo que supone para las víctimas. La consecuencia más grave de éste son las víctimas que recurren a medidas desesperadas para terminar con el sufrimiento: el suicidio o la agresión grave a los atacantes. En este caso hablamos de niños que son acosados, todo ello afecta a su desarrollo psicológico y puede afectar de manera permanente a su personalidad y por lo tanto condicionar su futuro.

Cabe destacar que el tema elegido para este trabajo final no es al azar ya que ha habido casos personales. Por ello la finalidad de éste es hacer una pequeña aportación en este ámbito y aclarar ciertos conceptos y procedimientos que se pueden llevar a cabo contra esta injusticia social. Además describiremos las características generales de los programas contra el acoso escolar y compararemos tres programas *anti-bullying* de diferentes países. Los tres son exitosos pero vamos a analizar las posibles debilidades de cada uno y las fortalezas para ver lo que se podría cambiar para mejorar y destacar a nuestro juicio el más efectivo de ellos.

Por último diseñaremos una propuesta de intervención sobre la prevención del acoso escolar. Nos ayudaremos de las características generales de los programas y del análisis comparativo para crear una propuesta efectiva, sencilla y de fácil implantación.

2. APROXIMACIÓN AL CONCEPTO *BULLYING*

2.1. DEFINICIÓN DEL CONCEPTO

El *bullying* es un término anglosajón en el que “bully” tiene dos acepciones pero la que nos interesa sería la siguiente; persona o animal que se convierte en terror para el débil o indefenso. Esto se traduciría en castellano como “intimidador”, “abusón” o “matón”. Y por tanto *bullying* es la acción realizada por el “bully” o “abusón” (Olweus, 1993).

Este término de forma muy general es fácil de definir, incluso de entender la idea de lo que significa. Numerosos autores lo han definido, como por ejemplo los siguientes:

“Conducta de persecución física y/o psicológica que realiza un alumno o alumna contra otro, al que elige como víctima de repetidos ataques. Esta acción negativa e intencionada,

sitúa a la víctima en posiciones de las que difícilmente puede salir por sus propios medios” (Olweus, 1993, p. 27).

“Se trata de un sistemático abuso de poder” (Smith y Sarph, 1994, p. 153).

“Sentimiento de ser maltratado injusta e impunemente de forma prolongada y la sensación de indefensión que provoca el no saber salir, por los propios medios, de esa situación social” (Ortega y Mora-Merchán, 1997, p. 10).

“Es un tipo de conducta dirigida a hacer daño; es repetida en el tiempo; y se produce en el seno de una relación interpersonal caracterizada por un desequilibrio de poder” (Olweus, 1999, p. 58).

Con ello concluimos que es un término negativo que infringe un daño sobre una persona repetidas veces. Estos autores de diferentes maneras han ido definiendo este concepto pero el problema reside en como diferenciar el *bullying* y una simple “riña” entre dos compañeros. Éste va más allá de una mala relación entre compañeros. Se puede diferenciar a partir de las siguientes características:

- Es un fenómeno social.
- La víctima tiene pocas posibilidades de evitar a sus atacantes. Se produce siempre un modelo injusto de dominación.
- Es constante y se prolonga en el tiempo.
- Los atacantes generalmente no son provocados.
- Pueden incluir agresiones físicas, verbales, psicológicas directa o indirectamente, o una combinación de éstas.

Para comprender completamente este concepto debemos conocer los integrantes de la conducta *bullying*. Entre los participantes de este acto de acoso existen tres diferentes roles:

- El Agresor
Estos alumnos agresores aparecen en diversos estudios como chicos que tienen una personalidad agresiva, es decir, no solo se muestran agresivos con sus iguales, sino que también con sus padres y profesores (García Orza, 1995). Suelen adoptar dos perfiles de personalidad: “activo”, agrediendo él personalmente, o “social indirecto”, dirigiendo el comportamiento de sus seguidores incitándoles a realizar actos violento contra un compañero.

- La Víctima
Avilés Martínez (2002), describe dos tipos de víctimas. La “activa” que exhibe sus propios rasgos característicos que son usados por el agresor para justificar su conducta, y la “pasiva” o “sumisa” que sufre en silencio los ataques del agresor. La víctima suele ser señalada como insegura, débil, ansiosa, sensible, tranquila tímida, y con muy bajo nivel de autoestima (Farrington, 1993) por lo que viven una situación de maltrato muy dura.
- Los espectadores
Se dividen en cuatro papeles diferentes según el grado y tipo de implicación. “Activos”, los que ayudan al agresor; “Pasivos”, estos refuerzan la conducta del agresor indirectamente, “Prosociales” los que ayudan a la víctima, y los “Espectadores Puros”, no hacen nada pero observan la situación (Avilés Martínez, 2002)

También hemos de conocer los tipos de *bullying* que nos podemos encontrar, según Sánchez Sánchez (2017) existen 7 tipos de acoso:

1) La exclusión social

Cuando alguien es excluido socialmente se considera que el grupo de personas al que pertenece le apartan y le aíslan intencionadamente. Varias formas de exclusión social son:

- Alejarlo de las actividades que se están realizando. Ignorar al compañero en cuestión de forma intencionada. Como ejemplo en un partido de baloncesto pide que le pasen la pelota y aunque el alumno esté en las mejores posiciones nadie se la pasa.
- No dejarlo participar. Intentar que el compañero no participe de ninguna manera e ignorarlo ya que no le consideran válido.
- Discriminarlo por su situación económica, intelectual, emocional y/o racial. Como ejemplo sería ignorar a un alumno solo por el hecho de que tiene menos material y su ropa más vieja que denota que su familia no tiene muchos recursos.

2) Agresión verbal

Se entiende por agresión de verbal, aquel daño que los agresores y sus ayudantes son capaces de hacer a la víctima con la única ayuda de la palabra. Existen diferentes tipos de agresiones verbales:

- Sobrenombres, motes o apodos degradantes. Por ejemplo haciendo énfasis en su físico: gordo, enano, jirafa, pinocho, “gafotas”...
- Insultos hacia las víctimas y hacia sus familiares.

- Rumores y/o mentiras. Este es uno de los más comunes actualmente, algunos agresores se suelen inventar historias o etiquetar a la víctima como homosexual con el fin de comenzar su maltrato psicológico.

3) Agresión física indirecta

Son acciones que realizan los agresores de forma manual, que puede afectar a la vida de la víctima sin que exista un contacto físico con ésta. Son las siguientes:

- Quitarle el dinero para el bocadillo o el propio bocadillo.
- Deterioro o destrucción de sus pertenencias.
- Tanto los robos como el deterioro o destrucción de sus pertenencias desencadenan las posibles provocaciones de los agresores hacia la víctima, debido a que ésta exigirá explicaciones y que la dejen en paz.
- Notas anónimas. También podemos incluir los mensajes anónimos amenazantes de tipo insultante o dibujos y retratos de la víctima en forma de broma de mal gusto.

4) Agresión física directa

Son acciones que implican daño físico, de una persona a otra a través del contacto cuerpo a cuerpo. Pueden ser: empujones, golpes, zancadillas, collejas, paseillos... También entrarían las novatadas o ceremonias.

5) Amenazas

Se entiende por amenaza al anuncio de algún mal o acción negativa contra una persona. Hay tres formas de amenazar muy comunes:

- Amenazas contra la familia o hacia la víctima.
- Para crear miedo y/o para que obedezcan.
- Para acabar en el chantaje.

6) Acoso sexual

Serían aquellas acciones que están dirigidas a solicitar favores sexuales o a la obligación de dar consentimiento al agresor en contra de su voluntad para fines sexuales. Estos serían los tocamientos o agresiones físicas y violaciones. El acosador suele ser un hombre y la víctima una mujer.

7) *Cyberbullying* o ciberacoso

Surge un nuevo tipo de acoso gracias a las nuevas tecnologías. Se producen los diferentes tipos de acoso (exceptuando el físico) a través de los ordenadores, tablets, móviles, páginas web, juegos online, redes sociales, etc.

Se considera que es de los que más afecta de forma negativa a nivel psicológico debido al gran alcance que puede llegar a tener. Para entender mejor el ciberacoso hemos seleccionado un vídeo que compara de forma gráfica la agresión física con el *ciberbullying*. (Ver Anexo 1, Vídeo1).

2.2. CONSECUENCIAS DEL *BULLYING* EN LAS VÍCTIMAS

Según el Estudio Cisneros X “Violencia y Acoso escolar” (Oñate y Piñuel, 2007) un 23,2% de los niños españoles (prácticamente uno de cada cuatro) está viviendo de algún modo el acoso escolar. Además, un 53,7% de las víctimas de acoso escolar presenta síntomas de estrés postraumático (pesadillas, ansiedad, insomnio, flash back, pánico...), el 54,8% sufre depresión, y el 53% tiene una imagen negativa de sí mismo. También son más propensos a tener un trastorno alimenticio, fumar, consumir alcohol, sufrir experiencias posteriores de violencia, o incluso estar sin hogar.

Las consecuencias de estos injustos pueden ser a largo plazo. Cuando el acoso ocurre durante la infancia y la adolescencia, puede tener consecuencias significativas y sustanciales para las víctimas más tarde en el curso de su vida ya que a estas edades están un proceso de desarrollo de la personalidad, carácter, etc. Por lo tanto, las consecuencias sobre la salud son mucho más profundas que una simple lesión inmediata o trauma.

Tardón (2013) comenta un estudio realizado por “JAMA Psychiatry” en el que se afirma que no solo las víctimas de *bullying* presentan riesgos de sufrir algún problema psicológico. También los que además de víctimas fueron ejecutores de acoso presentaban alto riesgo de depresión, ansiedad, pensamientos suicidas y pánico. Y quienes sólo acosaban tenían una tasa alta de trastornos de personalidad antisocial. Este estudio también afirma que en la edad adulta los problemas emocionales y de comportamiento eran notables entre quienes habían tenido alguna experiencia con el acoso escolar, además, tenían mayor riesgo de sufrir desórdenes psiquiátricos.

Por ello es importante la existencia de intervención en edades tempranas para así prevenir enfermedades psicológicas en la edad adulta. He ahí la importancia de los programas contra el acoso escolar.

3. CARACTERÍSTICAS DE LOS PROGRAMAS *ANTIBULLYING*

Un programa contra el *bullying* es una herramienta que pretende combatir el acoso escolar. Cada programa tiene unas características diferentes, pero debe seguir una serie de características generales para que sea efectivo.

En nuestra Comunidad de Madrid, la Consejería de Educación, Juventud y Deporte (2016) aprobó un Programa de Lucha contra el Acoso Escolar en el que se incluyen una serie de medidas para prevenir y erradicar el acoso escolar. Este programa tiene dos partes diferenciadas: prevención del acoso escolar y el protocolo de actuación ante el acoso.

1. Como primera parte, prevención, es necesario crear un Plan de Convivencia y un Plan de Acción tutorial. En el Plan de Convivencia se deben realizar actividades para fomentar un buen clima de convivencia, actuaciones para la resolución pacífica de conflictos, concretar derechos y deberes del alumnado y las normas de convivencia y conducta con las respectivas medidas disciplinarias en caso de incumplimiento. Y en el Plan de Acción Tutorial se debe desarrollar el plan de convivencia y realizar un seguimiento de las actividades, evaluación y puesta en común de los tutores.
2. La segunda parte, el protocolo de actuación que es un documento diseñado para actuar a partir de la comunicación de indicios de posible acoso. Después de valorar el posible acoso si se demuestra que es cierto se toman medidas cautelares como vigilancia, intervención con el acosador, la víctima y sus familias.

Por otro lado, Fox, Ttofi y Farrington (2012) afirman que los programas más intensivos y de mayor duración son más eficaces, al igual que los programas que contienen más componentes.

Según un estudio de Ttofi y Farrington (2012) muestra que la efectividad de los programas se relaciona con diferentes elementos. Los programas que incluyen reuniones de padres, métodos disciplinarios firmes y mejor supervisión del patio de recreo y que en sí son más estrictos generan resultados más positivos.

Por otro lado, Ttofi y Farrington (2012) hablan de un elemento de los programas que es *work with peers* (trabajar con compañeros) que se refiere a la participación formal de los compañeros en la lucha contra el acoso que supondría la mediación y tutoría entre los compañeros, y el fomento de la intervención de los espectadores para prevenir el acoso escolar.

También añadir, que los enfoques punitivos ("disciplinarios") y no punitivos pueden ser combinados, no son mutuamente excluyentes y su éxito puede variar dependiendo de la edad de los estudiantes (Ttofi y Farrington, 2012).

Otro punto a tener en cuenta es el trabajo con los padres en el que Ttofi y Farrington (2011) coinciden en que los programas que incluyen reuniones con los padres, los métodos disciplinarios firmes son más efectivos.

Por último, siguiendo las aportaciones de Admin (2011) exponemos las características generales para un programa contra el acoso escolar:

- Normas o reglas claras y concisas de sanción sobre las conductas intimidantes y violentas.
- Debe crear un ambiente en el que la intimidación y el acoso deban ser actos rechazados. Para ello crear un buen clima de convivencia.
- Se debe evaluar el alcance de los casos de *bullying*.
- Debe tener total apoyo del profesorado e implicación.
- El profesorado tiene que formarse para poder detectar el acoso y tener acceso a cierta información imprescindible relacionada con el acoso escolar.
- Se debe informar también a los alumnos y concienciar sobre el tema.
- En el aula se deben dar clases en las que se realicen actividades para debatir los temas relacionados con el *bullying*.
- Plan de trabajo individual y grupal en el que participen los protagonistas de casos de *bullying* (víctimas y agresores).
- Involucrar a padres o tutores en las actividades realizadas e informar sobre todo el proceso y sobre su forma de actuar. Así como involucrar a los alumnos en el proceso (*work with peers*).
- Combinación de enfoques disciplinarios con otros no disciplinarios.

4. LOS PROGRAMAS CONTRA EL ACOSO

4.1. PROGRAMA ANTI-BULLYING KIVA

Desarrollado en Finlandia y pretende tanto prevenir como afrontar las situaciones de acoso escolar, influyendo sobre el grupo. Una de las características más relevantes es que actúa y trabaja el rol de los espectadores, sin perjuicio de adecuar las actuaciones para cada caso

concreto que se produzca. Kiva analiza las características personales tanto del agresor como de la víctima, y tiene en cuenta el grupo en el que se produce esta situación. El grupo es importante porque su conducta puede resultar más perjudicial para la víctima o, por el contrario, puede ayudar a que no se siga llevando a cabo la conducta del *bullying*. Otro aspecto importante de este programa es la supervisión constante de la situación en la escuela y de los cambios que se producen, ello tiene una herramienta que genera observaciones y datos anuales en cada escuela acerca de su ejecución del programa, así como de los resultados obtenidos. Consta de 10 lecciones (2 sesiones de 45 minutos) y trabajos que son efectuados durante un año académico. Entre una y dos veces al mes las lecciones son recibidas por alumnos de edades o grados específicos y consisten en discusiones sobre el *bullying* y el respeto a todos. Las lecciones y los temas se complementan con un videojuego Kiva a través del cual practican medidas contra el acoso escolar y reciben comentarios sobre sus acciones. (Kärnä, 2012; Garandau, Poskiparta, y Salmivalli, 2014).

Elementos del programa

- Lecciones para los alumnos y materiales relacionados para reuniones en la escuela y veladas informativas con los padres (manuales para el profesor, vídeos y otros materiales auxiliares). Ofrece información sobre el acoso escolar y la forma de abordar el problema, también pretende lograr la implicación de los adultos para trabajar contra el acoso.
- Chalecos de alta visibilidad para las personas que vigilan en los recreos. Los vigilantes del recreo usan chalecos de material reflectante para aumentar su visibilidad y para alertar a los estudiantes que deben ser responsables respecto a la seguridad de todos sus compañeros.
- Este programa incluye diferentes actuaciones de prevención y resolución de los casos más destacados. Son actuaciones tanto globales que se dirigen a todos los estudiantes de la escuela, como actuaciones individuales. Las actuaciones pretenden influir en las normas, enseñar formas de comportamiento constructivas, a no fomentar el acoso y dar apoyo a las personas que son víctimas de él.
- Sitio web para el personal docente, los alumnos y los padres.
- Videojuego y entorno virtual de aprendizaje contra el acoso escolar.
- Carteles.

Objetivos

- Uno de los objetivos principales es formar de los aspectos básicos del acoso escolar y las formas de abordarlo al profesorado y al resto del personal de la escuela y conseguir que se comprometan con el trabajo contra el acoso escolar.
- En la clase, trabajar con los alumnos para que rechacen las conductas de acoso y apoyen a las víctimas.
- Abordar los casos graves de acoso de una manera efectiva, incluyendo una discusión de seguimiento para comprobar que la situación cambie.
- La idea principal es que los estudiantes cambien la forma de pensar que en vez decir “yo no he hecho nada” que lleguen a decir “¿qué podría hacer?”.

Efectividad

Su efectividad está demostrada en una gran prueba controlada y aleatoria. Los efectos de este programa se han evaluado en numerosos estudios científicos. El grupo de investigación Kiva ha realizado estudios sobre la base de los datos recogidos y han sido analizados. También hay datos independientes recogidos por el Instituto Nacional de Salud y Bienestar Social. Los dos estudios indican que la intimidación y la victimización han disminuido en Finlandia desde el amplio despliegue del programa Kiva. Y además, ahora está siendo evaluado en varios países: están surgiendo los primeros estudios internacionales de los Países Bajos, Estonia, Italia y Gales, lo que demuestra que Kiva fuera de Finlandia también resulta efectiva.

Lugares de implantación

- Este programa se puso en marcha en Finlandia en 2007.
- El programa está presente en 234 escuelas y se benefician de él más de 30.000 alumnos de entre siete y 15 años.
- El proyecto Kiva se ha exportado a varios países europeos que son: España, Reino Unido, Holanda, Alemania, Suecia y Bélgica.

4.2. PROGRAMA ZERO

Nacido en Noruega en 2003, se basa en la prevención e intervención del *bullying*. El programa entiende el *bullying* como una agresión que se ve interiorizada por los niños debido a las recompensas que se obtienen (tener poder sobre la víctima, una mayor unión con los copartícipes de la agresión, el estatus que se obtiene, etc.), y pretende reducirlas e incrementar la gratificación social derivada de una conducta positiva (ver contenidos del programa en

Anexo II). Se basa en tres principios: una visión de no aceptar ningún comportamiento de acoso o intimidación escolar; el compromiso colectivo entre todos los profesionales y estudiantes de la escuela para trabajar el tema y sostener este trabajo en el tiempo para proyectarlo (Ortega, 2010).

Su fundamento no es la mediación de conflictos, ya que en una mediación se entiende que todas las partes involucradas tienen el mismo poder de negociación. Pero entre los agresores y la víctima no puede haber una mediación ya que existe una descompensación de poder y las partes implicadas no están en la misma posición para ejercer sus derechos (Columbia Educational Designs, 2016).

Objetivos

- Pretende reducir las recompensas que se pueden obtener al realizar el acto del acoso e incrementar la gratificación social derivada de una conducta positiva.
- Involucrar a padres y apoderados, profesores, líderes escolares y alumnos en el mejoramiento del clima escolar.
- Reducir el acoso escolar a cero, tanto las agresiones entre alumnos y también hacia profesores.

Elementos del programa

- Lecciones sobre el *bullying*
- Plan de prevención.
- Responsabilidad de los alumnos y sus padres.
- Procedimientos de eliminación del *bullying*.
- Plan de actuación con implicación de todos los miembros involucrados, padres y docentes.

Efectividad

Este programa ha demostrado ser altamente efectivo en la reducción y prevención del *bullying*, en algunos casos ha reducido el *bullying* en hasta 20% el primer año de implementado. Tiende a reducir el *bullying* a cero con el tiempo. La escuela incorpora en su cultura una mayor propensión al respeto y la dignidad de las personas. En ese ambiente el *bullying* desaparece.

De acuerdo al Director del Departamento de Educación Provincial, del Ministerio de Educación de Chile, Sr. Ricardo Solari, el programa a tan solo 8 meses de su implementación redujo el *bullying* en 20% en ambas escuelas.

Lugares de implantación del programa

- Nace en Noruega en el año 2003.
- En año 2010 se implantó un proyecto piloto de inclusión de ZERO en 42 escuelas de Irlanda.
- El centro de Investigación del Comportamiento y la Academia Pedagógica de Polonia (WSP) crearon cuatro módulos donde hablan sobre *bullying* para entrenar profesores para reducir y prevenir el *bullying* usan el programa ZERO.
- En noviembre del año 2011 se inicia la implementación del programa ZERO en Latinoamérica. Este programa incluye dos escuelas pilotos en Chile, en la ciudad de Calama.
- En septiembre del año 2012 se inicia la implementación del programa de Especialistas Monitores ZERO en Estados Unidos. Se inicia con la formación de monitores del equipo de profesionales de Leslie Middle School, del distrito escolar de Salem-Kaizer en Oregón.
- También se han implantado en colegios de México y República Dominicana.
- En total son 7 países en dos continentes diferentes en más de 600 instituciones educativas.

4.3. PROGRAMA MYBULLYING.

El programa *Mybullying*, una herramienta online desarrollada en la Universidad Complutense de Madrid que detecta el acoso escolar en solo diez minutos. La prueba es sencilla, se realizan una serie de preguntas en el aula de informática como: “¿Quiénes son tus amigos dentro de clase?”, “¿Con quién te juntas habitualmente?”, “¿Con quién no sueles relacionarte?”, etc. Con estas respuestas, la herramienta genera un mapa social de clase en el que se representan los posibles casos de acoso escolar y propone medidas para evitar el aislamiento de los estudiantes más vulnerables (ver Anexo III). Se busca que el alumno que esté aislado se sienta apoyado por sus compañeros. Los estudiantes elegidos para respaldarle se reúnen con el tutor y el orientador del centro y se les informa de que el alumno lo está pasando mal y que ellos pueden ayudarlo. También la colocación de la clase, como en el mapa social que se crea,

también es decisiva para prevenir el acoso. La herramienta se puede utilizar desde 3º de educación primaria hasta bachillerato, y se basa en modelos de evaluación similares a otros programas *antibullying* como el KIVA (Martín Babarro, 2014).

Elementos del programa

- Preguntas tipo: “¿Quiénes son tus amigos dentro de clase?”, “¿Con quién te juntas habitualmente?”, “¿Con quién no sueles relacionarte?”, “A algún compañero o compañera, ¿le pegan o maltratan físicamente?”, “¿Le aíslan, rechazan y/o hablan mal de él o ella?” o “¿Te lo hacen a ti?”
- Mapas sociales de clase en el que se representan posibles casos de acoso que se han detectado con las preguntas anteriores y respuestas (ver Anexo 1).
- Propuesta de medidas para evitar el acoso o aislamiento de los estudiantes más vulnerables.

Objetivos

- Implicar a los estudiantes con mayor “fama” para que colaboren para que no ocurra el acoso.
- Colaboración por parte de compañeros y amigos de los alumnos excluidos para que les apoyen.
- Crear una red social para conseguir que el alumno excluido se sienta respaldado y apoyado por el grupo.

Efectividad

El programa se puso en marcha en 200 centros elegidos por la Consejería de Educación de la Junta de Castilla y León. Desde 2010 a 2015, también por indicación de la Junta, se aplicó a 40.000 estudiantes de primaria y secundaria, y desde septiembre de 2015, a otros 10.000. El balance al parecer ha sido bastante positivo debido a que ha permitido acceder a los centros educativos para medir y observar bastantes casos y poder plantear un diseño de intervención.

Lugares de implantación

- Se ha probado entre miles de estudiantes de Castilla y León entre 2005 y 2015,
- *Mybullying* empezó a aplicarse en 2016 en 700 colegios de la Comunidad de Madrid con el objetivo de ampliarlo unos 2.000 centros de toda la región.

5. COMPARACIÓN DE LOS PROGRAMAS: FORTALEZAS Y DEBILIDADES

Tabla 1.- Programa Kiva

Programa Kiva	
Fortalezas	Debilidades
<ol style="list-style-type: none"> 1. Programa muy efectivo, comprobado científicamente. 2. Su efectividad está comprobada en el país de origen y se adapta a todos los demás de forma positiva. 3. Se implica más en la prevención. 4. Utiliza diversos recursos para su implantación (recursos materiales diferentes y recursos humanos). 5. Reconocido como uno de los mejores programas contra el acoso escolar. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sistema novedoso y transgresor de difícil implantación en nuestro país. 2. Ocupa 3 horas del horario lectivo lo que supone cambiarlo por completo. 3. Los recursos humanos son de mayor magnitud ya que hay monitores, vigilantes del recreo, ello implica mayor gasto.

Tabla 2.- Programa ZERO

Programa ZERO	
Fortalezas	Debilidades
<ol style="list-style-type: none"> 1. Implantado en más de 600 instituciones y en diferentes países por su fama y efectividad. 2. Demostrada su efectividad en diferentes países. 3. Buenos resultados a corto plazo (8 meses) 4. Objetivo clave: reducir el acoso a cero. 5. Objetivo importante: involucrar a padres y apoderados, profesores, líderes escolares y alumnos en mejorar el clima escolar. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Falta de mediación de conflictos. 2. No fomenta la resolución de conflicto entre los alumnos. 3. Estricto ante casos de acoso.

Tabla 3.- Programa *Mybullying*

Programa <i>Mybullying</i>	
Fortalezas	Debilidades
<ol style="list-style-type: none"> 1. Sistema muy rápido para detectar el acoso y actuar sobre él. 2. Exige la implicación de todos los alumnos. 3. El mapa, modelo de actuación novedoso y efectivo. 4. Bajo coste. 5. Fácil implantación en cualquier centro y país. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sistema paliativo más que preventivo. 2. Menor efectividad respecto a los demás programas. No parece estar demostrado científicamente. 3. Implantación únicamente nacional.

6. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN:

6.1. INTRODUCCIÓN

La propuesta de intervención presente basará su objetivo primordial en un programa de prevención y que tiene por nombre: **PROGRAMA JUNTOS CONTRA EL ACOSO (PROJUCOAC)**. Dicho Programa va dirigido a alumnos de entre 6 y 7 años de edad coincidiendo con el Primer Ciclo de Educación Primaria.

Recae una gran responsabilidad de este programa al tutor de cada grupo ya que será el responsable de llevar la propuesta, consensuará algunas actividades con el resto de docentes participantes en el aula y será guía y motivador en el aprendizaje del alumno. El alumno será el agente activo del aprendizaje por lo que se procurará que este aprendizaje sea significativo y activo.

La propuesta tendrá cuatro partes diferenciadas. La primera parte se centrará en la formación docente para la correcta ejecución del resto del programa. En la segunda habrá una charla dirigida a los padres sobre el *bullying* y actividades que pueden realizar en casa. Como tercera

parte se realizarán actividades en el aula con los alumnos para acercarlos al concepto de acoso escolar y ayudar a tener una buena convivencia. Y por último se realizará una evaluación.

6.2. OBJETIVOS

- Prevenir el acoso escolar de manera significativa.
- Fomentar un clima de tolerancia y abierto a ayudar a los demás.
- Formar a los docentes de los aspectos básicos del acoso y formas de abordarlo y conseguir compromiso por parte de todos.
- Concienciar a los alumnos sobre el *bullying* y trabajar con ellos para rechacen las conductas de acoso y apoyen a las víctimas.
- Incrementar la gratificación social derivada de una conducta positiva.
- Involucrar a padres, profesores, líderes escolares y alumnos en el mejoramiento del clima escolar.

6.3. DESTINATARIOS

Alumnos

El presente programa de prevención de acoso escolar se ha programado para llevarlo a cabo en el curso 1º de Educación Primaria. Con ello pretendemos prevenir desde los primeros años para que los objetivos previstos se establezcan a largo plazo garantizando la continuidad en el trabajo que desarrollaremos con los alumnos. El colegio al que va dirigido es de línea 2 por lo que habrá dos grupos por curso. En este curso no son muy frecuentes todavía los casos de *bullying* por eso mismo como medida preventiva nos hemos centrado en esas edades.

Profesorado

Antes de que comiencen las clases se realizará un pequeño curso al que deberán asistir todos los docentes implicados en el primer curso de Educación Primaria.

Familias

Se les ofrecerá una charla informativa y actividades que puedan ayudar a la familia y al alumno.

6.4. CONTENIDOS

1ª Parte: Formación del profesorado

- Introducción sobre el *bullying*
- Estrategias básicas para el control del aula.
- Simulacros de situaciones en el aula como actividades prácticas
- Información sobre el presente programa

2ª Parte: Charla a los padres

- Qué es el acoso escolar
- Tipos de acoso
- Propuesta de actividades:
 - ~ Ayuda para los padres: Aplicación para el móvil NACE (No al Acoso Escolar).
(Anexo VIII, A.P.1)
 - ~ Trabajar con los hijos: Videojuego Monité (Anexo VIII, A.P.2)

3ª Parte: Actividades en el aula

1. Aprendemos sobre el acoso.

- Crear un mural con imágenes de los actos buenos y los malos.
- Visualización de un vídeo ¿Qué es el *bullying*?
- Lectura y análisis del relato “El papel arrugado”
- Dibujamos el cuento entre todos.

2. Disfrutamos trabajando juntos

- Creación del mercadillo solidario: elaboración de collares, pulseras, pisapapeles, lapiceros, cuadernos, etc.
- Interpretando sentimientos
- Visualización del vídeo Consejos para evitar el *bullying* y “el buzón de los secretos”
- Creación de un baile contra el *bullying* con la canción: se buscan valientes (del Langui)
- Actividad cooperativa “Vaso a vaso lo llenamos”
- Actividad cooperativa “El yogur viajero”

6.5. PROPUESTA DE ACTIVIDADES

1ª.Parte: actividades de aproximación al concepto de acoso escolar

SESIÓN 1: Actividad 1: Malo o Bueno (Anexo VI, A1)

Actividad 2: ¿Qué es el *bullying*? (Anexo VI, A2)

SESIÓN 2: Actividad 3: “El papel arrugado” (Anexo VI, A3)

2ª Parte: disfrutamos trabajando juntos

SESIÓN 3: Actividad 4: “Manualidades solidaria” (Anexo VII, A1)

SESIÓN 4: Actividad 5: “¿Cómo me siento? Interpreto los sentimientos de los demás”.
(Anexo VII, A2)

Actividad 6: “Consejos para evitar el *bullying*” y “El buzón de los secretos”
(Anexo VII, A3)

SESIÓN 5: Actividad 7: Coreografía contra el acoso escolar (Anexo VII, A4)

SESIÓN 6: Actividad 8: “El yogur viajero” (Anexo VII, A5)

Actividad 9: “Vaso a vaso lo llenamos” (Anexo VII, A6)

6.6. METODOLOGÍA

El programa comenzará con la formación del profesorado que es parte esencial para la realización del mismo. También nos apoyaremos en las familias de los estudiantes. Al principio del curso se les convocará para una charla informativa sobre el programa a seguir y les invitaremos a participar en él. Toda la información será enviada a los familiares y habrá una propuesta de actividades para casa, sus hijos podrán realizarlas en el momento que quieras y también compartirlas con los amigos que tenga fuera del ámbito escolar. De esta manera conseguir un ambiente positivo en diferentes ámbitos. Además ayudar a las familias a que estén informadas de lo que se trabaja en el aula y de las acciones que intentamos evitar para que ellos igualmente tengan la opción de prevenir el acoso.

Se optará por una metodología activa y participativa, centrada en el estudiante y con la meta de alcanzar objetivos relacionados con el desarrollo de la motivación, la concienciación y el aprendizaje significativo. La participación de los estudiantes será activa ayudándose del tutor que será el guía de las actividades por lo que el papel protagonista lo tendrán los estudiantes.

La mayoría de las actividades serán grupales, se formaran grupos pequeños (pareja, tríos o cuartetos), alguna de las actividades será individual aunque en minoría. Se dividirán en dos partes: aproximación al concepto de acoso escolar con la aplicación práctica de lo aprendido y actividades en grupo en las que los alumnos estén a gusto. La primera parte se refiere no solo a conocer qué es el acoso escolar sino también a aprender qué conductas son incorrectas y cuáles son las acertadas para ponerlas en práctica y también detectar cuando un compañero no hace lo correcto. La segunda parte pretende crear un ambiente positivo en el que prime el bienestar general.

En cuanto a la temporalización, las actividades se realizarán 6 sesiones en de las cuales ocuparán un total de 8 horas y 20 minutos del horario escolar (Véase Anexo V). Se utilizarán dos horas de Lengua Castellana y Literatura, una hora de Educación Artística y 4 horas de Educación física, también el último recreo del curso se destinara a dos actividades en las que se mezclarán los dos grupos para conocerse mejor. Además se destinarán 4 de formación divididas entre las familias y los docentes implicados. (Ver Anexo IX)

6.7. RECURSOS

Espacios: Salón de actos, Aulas de 1º (A y B), patio de recreo y gimnasio.

Recursos materiales: Pizarra digital, cartulinas, fotografías, pegamento, lápices, bolígrafos, rotuladores, cuentas, vasos, vasos de yogures, cuerdas, altavoces, cuadernos.

Recursos personales: Alumnos y familiares de 1º de Primaria, tutor de cada clase y demás docentes de 1º de Educación Primaria, psicólogo del colegio, orientador y director.

6.8. EVALUACIÓN

Se realizará una evaluación inicial para detectar casos ya existentes, ésta consiste en un corto cuestionario individual y anónimo hacia los alumnos, serán preguntas sencillas y fáciles de entender para ellos y solamente tendrán que contestar con nombres de compañeros. Por ejemplo: ¿Cómo se llaman los dos niños/as de tu clase con los que más te gusta jugar?, ¿Por qué te gusta jugar con ellos?, ¿Cómo se llaman los dos niños/as de tu clase con los que menos te gusta jugar?, ¿Por qué no te gusta jugar con ellos? También se les hará un juego en el que se les inste a adivinar por ejemplo, cuál es el niño más triste, el que más molesta, el que más o menos amigos tenga., etc.

También a lo largo del curso se hará una evaluación continua de observación por parte de los docentes y personal del centro en el que si ven alguna irregularidad tendrán que redactar un informe de lo sucedido. Al final del curso tendrán una evaluación individual con un cuestionario en el que se pondrán ciertas acciones negativas como empujar, insultar, reírse de alguien y cada alumno tendrá que indicar si le ha pasado a él, lo ha hecho el mismo o ha visto que se lo hagan a algún compañero.

7. CONCLUSIONES

El objetivo final del presente trabajo es hacer una pequeña aportación a la lucha contra el acoso escolar. Con respecto al término *bullying* vemos que es una acción negativa, contra uno o varios alumnos, repetida en el tiempo. Los participantes de esta acción son el acosador y la víctima pero hay otros protagonistas ocultos, aquellos espectadores que animan al acosador o que no dicen nada; ayudan a que se produzca esta situación. De ahí entendemos que los programas contra el acoso deban ir dirigidos a todo el alumnado ya que todos son partícipes de las acciones que ocurran en el centro. También es importante conocer las consecuencias que tienen para los alumnos que son víctimas de acoso, esta repetición en el tiempo de la que hablamos incide en la víctima de manera tan negativa que su sufrimiento llega a tal punto que se quedan secuelas de por vida.

En cuanto al análisis y comparación de 3 programas en diferentes países de la Unión Europea. El programa Kiva nos ha enseñado lo importante que es la prevención más que la actuación, que la mayor vigilancia e implicación de los docentes es necesaria para dicha prevención y sobre todo que debemos centrarnos en el grupo completo de alumnos no solo las víctimas para lograr un cambio en la mentalidad de forma que aquellos que miran hacia otro lado acaben participando de forma activa en la lucha contra el acoso escolar. El programa Zero por su parte, nos aclara no solo la relevancia que supone involucrar a padres y profesores sino también lo importante de reforzar comportamientos positivos. Por otro lado el programa *Mybullying* actúa sobre los alumnos incidiendo en los apoyos que necesitan los alumnos que tengan riesgo de sufrir o sufran acoso escolar, una manera rápida y efectiva de actuar y prevenir ciertos casos. Sin embargo todos los programas tienen sus “puntos flojos” en el caso del programa Kiva en España, aunque hay un colegio que lo ha implantado, supone un coste adicional por lo que no resulta viable para implantarlo en todos los colegios, a su vez el programa Zero tiene efectividad en muchos países pero en España no se ha probado por lo que no podemos afirmar que se adapte bien ya que es un tanto estricto, sin embargo el

programa *Mybullying* está creado en España pero se centra en la actuación respecto a los alumnos dejando de lado un aspecto de gran relevancia como son la familia y los docentes. Conocer en profundidad estos tres diferentes programas nos ha permitido averiguar las características que debe tener un programa efectivo y, a su vez, preparado para crear un nuevo programa.

En el programa PROJUCOAC hemos utilizado la base del programa Kiva que es la prevención y la realización de actividades con los alumnos. Estas actividades recompensan valores positivos como en el programa Zero e intentamos que sea de bajo coste y de rápida implantación como *Mybullying*. Además, indagando sobre los programas y realizando el nuestro hemos concluido que es fácil equivocarse en la intervención cuando solo nos centramos en la intervención hacia el alumno o alumnos ignorando los demás factores, el problema lo tienen los alumnos y parece que se debe intervenir únicamente dirigiéndose hacia ellos. Sin embargo, el problema no solo es debido a una falta de educación de los alumnos sino de profesores y padres, éstos son los factores más influyentes además de los propios compañeros. Por ello debemos colaborar para que todos los integrantes de la comunidad educativa estén bien informados y que tengan las herramientas suficientes para luchar contra esta lacra social. Por consiguiente en el programa realizado aunque el papel protagonista sigue siendo el alumno también incluimos a los padres y a los profesores en la obra ya que su papel es totalmente imprescindible. Obviamente este programa es solo teórico, un ejemplo de lo que podría ser un programa contra el acoso en el contexto español y nos habría gustado ponerlo en práctica para comprobar su efectividad. En nuestra opinión, si se van implantando actividades similares a las propuestas ayudaran a una mejor convivencia de los alumnos desde muy pequeños y les beneficiará en un futuro evitando muchas situaciones indeseadas.

En conclusión, el acoso escolar aún sigue siendo un problema grave en nuestra sociedad por lo tanto es necesario conocer las mejores estrategias y programas para controlarlo. Los tres programas analizados en este trabajo demuestran que es posible reducir el *bullying* hasta niveles muy bajos pero aun así todavía los programas existentes tienen ciertas limitaciones. El programa PROJUCOAC trata de combinar los elementos más efectivos de estos programas adaptados al contexto nacional español. Aunque se trata de un mero ejemplo, programas similares deberían ponerse en práctica en España en los próximos años.

8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Admin, (25 de noviembre 2011). Características necesarias en un programa de prevención del *bullying*. Recuperado de: <http://www.elbullying.com/caracteristicas-programa-prevencion-maltrato-acoso-escolar/>
- Alsaker, F. D. y Valkanover, S. (2001). Early diagnosis and prevention of victimization in kindergarten. En Juvonen J., Graham, S., (Ed.), *Peer Harassment in School* (pp. 175-195). New York: Guilford Press.
- Avilés Martínez, J. M. (2002). *Bullying: intimidación entre el alumnado*. Valladolid: STEE-EILAS.
- Columbia Educational Designs (2016). *Programa Antibullying ZERO*. Portland, Oregón: University of Columbia.
- Consejería de Educación, Juventud y Deporte (2016). *Instrucciones de las Viceconsejerías de Educación no universitaria, juventud y deporte y organización educativa sobre la actuación contra el acoso escolar en los centros docentes no universitario de la Comunidad de Madrid*. Madrid: Dirección General de Educación Infantil, Primaria y Secundaria. Recuperado de: <https://www.educa2.madrid.org/web/convivencia/instrucciones-de-aplicacion>
- Corporación del Cobre de Chile-CODELCO, (7 de septiembre, 2012) *Conoce el programa Antibullying en los colegios de Calama apoyado por Codelco*. Recuperado de: <http://www.youtube.com/watch?v=vLFFojLhCZs&feature=related>
- Farrington, D.P. (1993). Understanding and preventing bullying. *Crime and justice*, 17, 381-458.doi: 10.1086/449217
- Fox, B. H., Farrington, D. P., & Ttofi, M. M., (2012). *Successful Bullying Prevention Programs: Influence of Research Design, Implementation Features, and Program Components*. *IJCV*, 6 (2), pp. 273 – 283.
- Garandau, C. F., Poskiparta, E., Salmivalli, C. (2014). Tackling acute cases of school bullying in the KiVa anti-bullying program: a comparison of two approaches. *J Abnorm Child Psychol*, 42, 981-991. doi: 10.1007/s10802-014-9861-1.

- García Orza, J. (1995). Violencia interpersonal en la escuela. El fenómeno del matonismo. *Boletín de Psicología*, 49, 87-103.
- Kärnä, A. (2012). *Effectiveness of the KiVa antibullying program*. Turku, Finland: University of Turku.
- Kivainternational (2009). Kivaprograme.net. Turku: Ministerio de Educación y Cultura. Recuperado de: <http://kivaprograme.net>
- Martín Babarro J. (2014). Assessment and detection of peer-bullying through analysis of group context. *Psicothema*, 26(3), 357-363.
- Mengual, E. (26 de abril 2016) Las denuncias por acoso escolar se disparan: un 75% más en 2015. *El Mundo*. Recuperado de: <http://www.elmundo.es>
- Olweus, D. (1993). *Bullying at School. What we know and what we can do*. Oxford: Blackwell.
- Olweus, D. (1999) *Sweden*. En P.K. Smith, Y Molina, J. Junger-Tas, D. Olweus, R. Catalano y P. Slee (Eds.), *The nature of School bullying: A cross-national perspective* (pp. 7-27). Londres: Routledge.
- Oñate, A. y Piñuel I. (2017). *Informe Cisneros X. Acoso y violencia escolar en España*. Madrid: Instituto de Innovación Educativa y Desarrollo Directivo (IIEDDI).
- Ortega, R. (2010). *Agresividad injustificada, bullying y violencia escolar*. Madrid: Alianza Editorial.
- Ortega, R. y Mora-Merchán, J.A. (1997) Agresividad y violencia. El problema de la victimización entre escolares. *Revista de Educación*, 313, 7- 27.
- Ortega, R. (1997). El Proyecto Sevilla Antiviolenca Escolar. Un modelo de Intervención preventiva contra los malos tratos entre iguales. *Revista de Educación*, 313, 143-161.
- Sanchez Sánchez, Y.C. (2017) *Los 7 tipos de bullying o acoso escolar más frecuentes*. Recuperado de: <http://www.lifeder.com>
- Smith, P.K. y Sharp, S. (1994). *School bullying: insights and perspectives*. Londres: Routledge.

Tardón, L. (21 de febrero 2013). La 'marca' del acoso escolar en la edad adulta. *El Mundo*.

Recuperado de: <http://www.elmundo.es>

Ttofi M.M. y Farrington D.P. (2011). Effectiveness of school-based programs to reduce bullying: a systematic and meta-analytic review. *J Exp Criminol* 7, 27-56 doi: 10.1007/s11292-010-9109-1

Ttofi, M.M. & Farrington, D.P. (2012). Bullying prevention programs: the importance of peer intervention, disciplinary methods and age variations. *J. Exp. Criminol*, 8, 443-462. doi: 10.1007/s11292-012-9161-0

<http://blog.tiching.com/10-recursos-educativos-para-combatir-el-bullying/>

9. ANEXOS

9.1. ANEXO I. VÍDEOS

V.1. - *Cyberbullying*



Enlace: <https://www.youtube.com/watch?v=Ulgpzs8pfA>

V. 2.- ¿Qué es el *bullying*?



Enlace: <https://www.youtube.com/embed/gBZTStdpwYg?wmode=transparent>

V. 3.- Consejos para evitar el *bullying*.



Enlace: <https://www.youtube.com/watch?v=rM3F0IS25nY>

V.4.- Se buscan valientes (con el Langui)



Enlace: <https://www.youtube.com/watch?v=x2Qw64rtJcA>

9.2. ANEXO II: CONTENIDOS DEL PROGRAMA ZERO

Semanas 1 - 2: *bullying*

- ¿Qué es el *Bullying*?
- Prevalencia del Comportamiento
- Comportamientos de las víctimas de *bullying*
- Principales tendencias en los abusadores
- *Bullying*, orientación sexual, discriminación económica y otros
- Analizando las Relaciones familiares
- Psicología del *Bullying*
- Agresión proactiva e interacciones en el *Bullying*
- Audiencia y observadores
- El Programa ZERO
- *Bullying*, otros problemas de comportamiento y alumnos vulnerables

Semanas 3 - 4: prevención del *bullying*

- Capacitando a los padres
- Capacitando a los otros profesores
- Capacitando a los estudiantes
- Capacitando al personal administrativo del colegio/escuela
- Implementando la encuesta ZERO
- Diseñe un comienzo de año escolar estructurado
- Liderazgo con autoridad en Clases
- Aprendiendo a manejar el ambiente en la sala de clases
- Iniciativas Espontáneas vs Iniciativas Integradas
- Conversaciones individuales con los padres

Semanas 5 - 6: eliminación del *bullying*

- Aplicando procedimientos ZERO en caso de incidente
- Iniciativas con la víctima y los Padres de la víctima
- Seguimiento de las conversaciones con la víctima
- Conversación Individual con los agresores
- El Orden de las Conversaciones
- Conversación Grupal
- Los padres de los agresores
- Juntando a los agresores y a la víctima
- Seguimiento y reacciones
- *Cyberbullying*

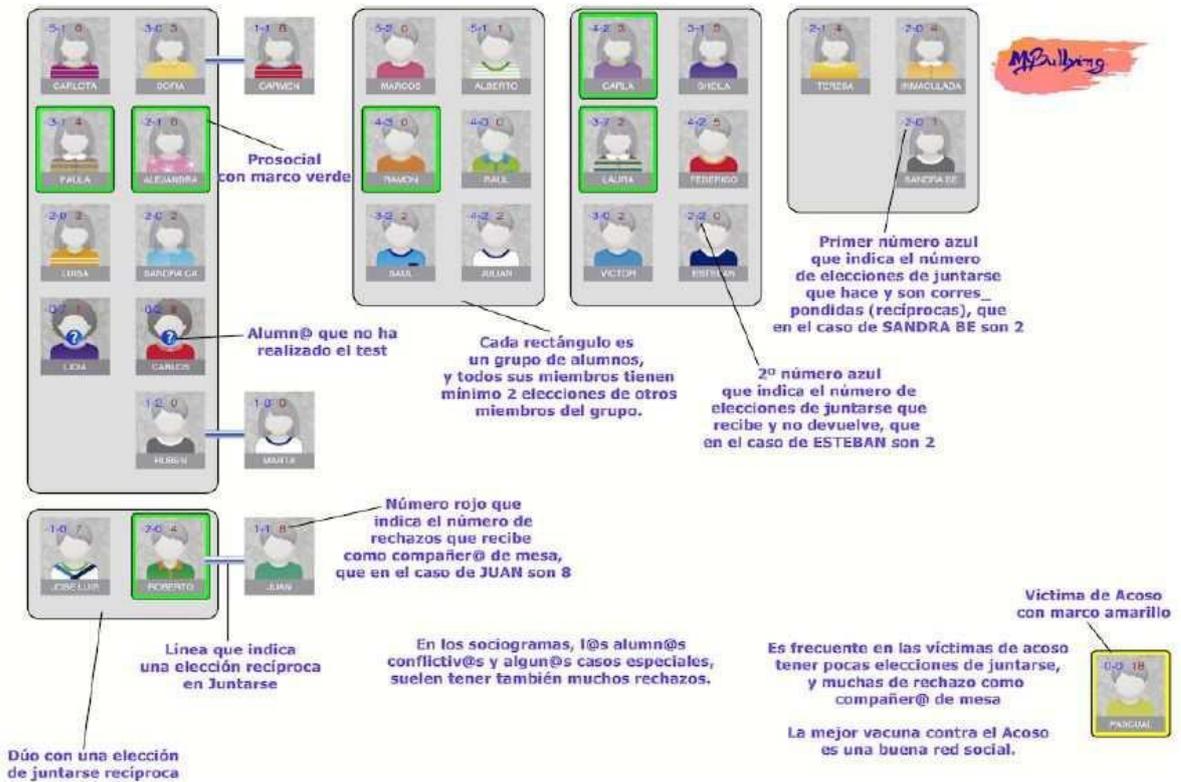
Semanas 7 - 8: un enfoque integral

- Implementando los principios de ZERO
- Consistencia, Consistencia en los adultos
- Continuidad
- Organización- Modelo Integrado
- Grupo de Recursos o Equipo Zero
- El recreo estructurado vs monitoreo
- El director, la Patrulla en el Recreo vs Peer Helpers

Semanas 9 - 10: el plan de acción

- Desarrollando iniciativas con los estudiantes.
- Desarrollando iniciativas con los apoderados.
- Desarrollando iniciativas con los profesores.
- Vinculándose a otros programas o recursos existentes
- Contenidos del Plan de Acción: Objetivo / descubriendo el *Bullying* / Resolviendo el *Bullying* / Prevención / Continuidad

9.3. ANEXO III: Mapa social de clase (Programa *Mybullying*).



9.4. ANEXO IV: ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1.- Programa Kiva.....

Tabla 2.- Programa ZERO.....

Tabla 3.- Programa *Mybullying*.....

9.5. ANEXO V: HORARIO PRIMARIA

El Título I, Capítulo II, de la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, modificada por la Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la Mejora de la Calidad Educativa y en el Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria y por lo tanto incluye el horario de Educación primaria.

ANEXO IV

HORARIO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

ANEXO IV a)

Horario general

GENERAL LOMCE	Horas semanales					
	1.º	2.º	3.º	4.º	5.º	6.º
Lengua Castellana y Literatura	6	6	6	5	5	5
Matemáticas	5	5	5	5	5	5
Primera Lengua Extranjera	3	3	3	3	3	3
Ciencias de la Naturaleza	1,5	1,5	1,5	2	2	2
Ciencias Sociales	1,5	1,5	1,5	2	2	2
Educación Física	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5
Educación Artística	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5
Religión/Valores Sociales y Cívicos	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5
Recreo	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5
Total	25	25	25	25	25	25

ANEXO IV b)

Horario Colegios Bilingües

GENERAL LOMCE	Horas semanales					
	1.º	2.º	3.º	4.º	5.º	6.º
Lengua Castellana y Literatura	6	6	6	5	5	5
Matemáticas	5	5	5	5	5	5
Inglés	4	4	4	4	4	4
Ciencias de la Naturaleza	1,5	1,5	1,5	2	2	2
Ciencias Sociales	1,5	1,5	1,5	2	2	2
Educación Física	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5
Educación Artística	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5
Religión/Valores Sociales y Cívicos	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5
Recreo	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5
Total	25	25	25	25	25	25

9.6. ANEXO VI: ACTIVIDADES DE APROXIMACIÓN AL CONCEPTO

A.1.- Actividad 1: Malo o Bueno

Se realizará en grupos de 3 o 4 alumnos. A cada grupo se le dará una serie de imágenes que representan buenas o malas conductas y los alumnos deberán determinar cuáles de ellas pondrían en el grupo de lo que está bien y lo que está mal. Cuando terminen de colocar todas las imágenes a cada grupo se le realizarán tres preguntas sobre las imágenes en voz alta para que pueda responder cualquier alumno de la clase: ¿Por qué creéis que esta imagen refleja una buena conducta? ¿Y esta una mala? ¿Qué creéis que siente la persona agredida? Se animará a que cualquier alumno de la clase conteste, intentando que haya participación por parte de todos. Después pegarán todas las imágenes en un gran mural dividido entre lo correcto y lo incorrecto y adornarán la clase con él.

A.2.- Actividad 2: ¿Qué es el *bullying*?

Proyección del corto: ¿Qué es el *bullying*? Los alumnos visualizarán el corto y con los mismos grupos de la actividad anterior se les hará la pregunta como el nombre del corto, ¿Qué es el *bullying*? Tendrá que escribir en una hoja de papel todas las palabras que ellos piensen que pueden describir el *bullying*. Se les dejará un máximo de 10 minutos y después uno de

cada grupo en voz alta irá diciendo una de las palabras o frases con las que han respondido a la pregunta y la profesora irá escribiendo todas en la pizarra se seguirá preguntando hasta que se llene la pizarra. Una vez llena toca averiguar cuál es la frase o palabra que más se acerca al concepto. Realizaremos un debate sobre ello y con la ayuda del profesor lo definiremos en una sola frase.

A.3.- “El papel arrugado”

Leeremos un cuento entre todos que se titula “El papel arrugado” y dice lo siguiente:

Mi carácter impulsivo, me hacía reventar en cólera a la menor provocación. La mayor parte de las veces, después de uno de estos incidentes, me sentía avergonzado y me esforzaba por consolar a quien había dañado.

Un día, mi padre, quien me vio dando excusas después de una explosión de ira, me entregó un papel liso. Y entonces me dijo:

- ¡ESTRÚJALO!-

Asombrado, obedecí e hice una bola con el papel. Luego me dijo:

- Ahora déjalo como estaba antes.-

Por supuesto que no pude dejarlo como estaba. Por más que traté, el papel quedó lleno de arrugas. Entonces volvió a decir:

- El corazón de las personas es como ese papel. La impresión que dejas en ese corazón que lastimaste, será tan difícil de borrar como esas arrugas en el papel. Aunque intentemos enmendar el error, ya estará “marcado”. Por impulso no nos controlamos y sin pensar arrojamos palabras llenas de odio y rencor, y luego, cuando pensamos en ello, nos arrepentimos. Pero no podemos dar marcha atrás, no podemos borrar lo que quedó grabado. Y lo más triste es que dejamos “arrugas” en muchos corazones.-

- Desde hoy, sé más comprensivo y más paciente.

Cuando sientas ganas de estallar recuerda “El papel arrugado”. -

Al terminar el relato preguntaremos: ¿Cómo os habéis sentido? ¿Qué representa este cuento?
¿Qué nos enseña?

ANEXO VII: ACTIVIDADES DE CONVIVENCIA ESCOLAR

A.1. Manualidades solidarias

Se les hablará de las navidades y de que hay muchos niños pobres que en navidad van a pasar hambre. Se les preguntará si quieren ayudarles y se les propondrá hacer un mercadillo solidario destinado a recaudar dinero para niños pobres. A continuación se les enseñará a los alumnos una serie de objetos hechos a mano y tendrán que elegir cual quieren fabricar. La profesora les dará los materiales necesarios para hacer pulseras, decorar cuadernos, collares, lapiceros, etc.

A.2. ¿Cómo me siento cuando me dicen...? Interpretamos los sentimientos de los demás.

La clase se divide en grupos de 6 el profesor les da unas tarjetas con frases. Un alumno de ese grupo debe levantarse de su sitio y coger una de las tarjetas que le ha dado el profesor, leerla sin que la vean los demás y tiene que reaccionar a lo que dice la frase con gestos.

Por ejemplo: el alumno coge una tarjeta y pone “eres un/a chico/a muy inteligente” el alumno pondrá cara de alegría y los demás tendrán que adivinar que está alegre. El equipo que adivine todas antes gana.

Se trabajaran las emociones: triste, alegre y enfadado.

A.3. Visualización del vídeo “Consejos para evitar el *bullying*” (Anexo I, V3)

Se proyectará el vídeo “Consejos para evitar el *bullying*”. Al terminar el corto el profesor les mostrará un buzón de cartón en el que pone: “Buzón de los secretos”. Se les explicará que si en algún momento sienten algo parecido a lo del vídeo o se sienten mal por alguna cosa escriban en una hoja y lo metan en el buzón. Ese buzón solo lo puede ver el profesor y nadie sabrá quién lo ha escrito. Deberán escribir en una hoja un día en el que se han sentido mal en la escuela. El buzón se quedará el resto del curso para que escriban lo que quieran y cuando quieran. Esta actividad formará parte de la evaluación final.

A.4. Coreografía contra acoso escolar

Destinaremos 4 horas de Educación física para realizar una coreografía sencilla, divertida e idéntica en las dos clases. Esta coreografía se enseñará el último día de clase y se realizará con todo el alumnado de 1º de Educación Primaria.

A.5. Juego “el yogur viajero”

Es un juego cooperativo de relevos. Su finalidad es que el yogur del equipo llegue más lejos de los demás. Se realizará el juego con 20 niños que se dividirán en 4 grupos de 5 miembros. Cada grupo estará colocado en fila en un lugar acotado por unas cuerdas cuando comience el juego el primero de la fila llevará un embudo y tendrá que ir corriendo a la zona donde está situado el yogur y soplar tres veces por el embudo para mover el yogur, en cuanto lo haga deberá ir corriendo a la fila y darle el embudo al siguiente para que pueda salir y así

sucesivamente. Cuando el profesor diga tiempo, todos deberán parar y veremos que yogur ha llegado más lejos para anunciar el equipo ganador.

A.6. Juego “Vaso a vaso lo llenamos”

Es un juego cooperativo de relevos. Su finalidad es llenar más el cubo de agua que los demás. Se dividirán en 4 grupos de 5 personas cada uno con un vaso. Deben ponerse en fila desde donde está el cubo lleno de agua hasta donde está el cubo vacío (sitios indicados por conos). Comenzarán todos los grupos a la vez, el que va primero llenará el vaso corriendo y le pasará al siguiente compañero su contenido del vaso así hasta llegar al compañero que vacíe su vaso en el cubo. Deberán repetir esta acción hasta que pite el silbato, después se medirá cuál es el grupo ganador.

ANEXO VIII: ACTIVIDADES PARA FAMILIAS

A.P.1.- Aplicación NACE (No al Acoso Escolar).

Es una asociación sin ánimo de lucro integrada por psicólogos, profesores, abogados y especialistas que brindan apoyo y asesoramiento a las víctimas y sus familias. Su objetivo es prevenir el acoso escolar, intervenir en los casos que sea necesario, recoger datos estadísticos y sensibilizar a la sociedad. La asociación trabaja con proyectos formativos adaptados a docentes, familias, niños y jóvenes, asesora psicológicamente y/o jurídicamente y elabora y analiza cuestionarios de investigación sociológica.

A.P.2.- Videojuego Monité

Diseñado para prevenir el acoso escolar y ayudar a quienes lo sufren, pero de manera lúdica y entretenida. Gracias a este videojuego e interiorizan los valores de la tolerancia, la empatía, el respeto o la resolución de conflictos de forma implícita. Puede implantarse tanto en el aula como en casa. Nosotros damos la opción a los familiares para que lo utilicen en casa y sean partícipes del programa.

ANEXO IX: CRONOGRAMA DEL PROJUCOAC

Actividades	Asignatura	Lugar	Fecha	Duración	Contenidos	Objetivos
Curso sobre estrategias para dirigir el aula	Extraescolar	Salón de Actos	1ª Semana Septiembre	2 horas	Estrategias básicas para el control del aula	- Formar al profesorado - Conseguir la implicación de los docentes del centro.
Charla informativa a los padres.	Extraescolar (por tarde)	Salón de Actos	1ª semana Septiembre	2 horas	Qué es el <i>bullying</i> , sus tipos. Información sobre el programa que se va a realizar en el centro con los alumnos. Actividades para padres y alumnos.	- Informar a los padres sobre los procedimientos a seguir. - Implicación de los padres.
1ª Sesión	Lengua y Literatura	Aula	2ª semana Septiembre	1 hora	Diferenciar buenas y malas acciones. Visualización del vídeo <i>¿Qué es el bullying?</i>	- Acercar a los alumnos al concepto del acoso escolar.
2ª Sesión	Lengua y Literatura	Aula	2ª semana Noviembre	1 hora	Lectura y análisis del relato “El papel arrugado”. Interpretación del relato en dibujos.	- Acercar a los alumnos al concepto del acoso escolar.
3ª Sesión	Educación Artística	Aula	1ª semana Diciembre	1 hora	Elaboración de collares, pulseras, monederos, lapiceros, etc.	- Crear un ambiente solidario, tolerante y abierto a ayudar a los demás.
4ª Sesión	Lengua y Literatura	Aula	2ª semana Febrero	1 hora	Interpretación de los sentimientos. Visualización del vídeo “Consejos para evitar el <i>bullying</i> ”	- Tomar conciencia de los sentimientos de los demás. - Aprender a evitar el acoso escolar.
5ª Sesión	Educación Física	Aula	2ª semana Abril y tercera	4 horas	Elaboración de una coreografía de apoyo contra el acoso escolar.	Fomentar un clima de tolerancia y abierto a ayudar a los demás.
6ª Sesión	Recreo	Patio de recreo	Último día del curso (Junio)	20 minutos	Juego cooperativo “el yogur viajero”. Juego cooperativo “vaso a vaso lo llenamos”	Fomentar un ambiente positivo y relacionarse con compañeros ajenos a nuestra aula.