



TRABAJO FIN DE MÁSTER

**ANÁLISIS Y ESTRATEGIAS
FRENTE AL ACOSO ESCOLAR
Y CIBERACOSO EN ESPAÑA:
PERFILES Y PROPUESTAS DE
RESPUESTA EDUCATIVA**

Estudiante: Aloma Amorós Candela

Máster Universitario en formación de profesorado de ESO,
Bachillerato, FP y enseñanza de idiomas

Especialidad: Servicios sociosanitarios e Intervención
Sociocomunitaria

Tutor/a: Dr. Jesús Francisco Estévez García

Curso académico: 2023-24

ÍNDICE

Resumen y palabras clave.....	3
I.Introducción.....	4
I.1. Contextualización del acoso escolar y el ciberacoso.....	4
I.2. Evolución de estos fenómenos en las últimas décadas.....	4
I.3. Objetivos.....	5
2. Revisión bibliográfica.....	5
3. Metodología.....	10
4. Propuesta.....	11
4.1. Población objetivo.....	11
4.2. Procedimiento.....	11
4.3. Objetivos de la propuesta.....	12
4.4. Actividades.....	12
5. Conclusiones.....	32
5.1. Limitaciones y futuras líneas de investigación.....	33
6. Referencias bibliográficas.....	35
7. Anexos.....	40



Resumen

El acoso escolar y el ciberacoso representan una realidad preocupante en España, afectando a miles de estudiantes y dejando huellas devastadoras en las víctimas. A pesar de que anteriormente se normalizaban estos comportamientos como parte del crecimiento, hoy en día existe una mayor concienciación gracias a la movilización social, la investigación y el trabajo de las instituciones educativas. Sin embargo, aún queda mucho por hacer. La formación del profesorado es fundamental para mejorar la comprensión del problema, desarrollar estrategias de intervención más efectivas y crear un clima de relaciones interpersonales positivas en el aula. Este trabajo propone realizar una revisión bibliográfica de los perfiles que intervienen en el acoso escolar y los programas preventivos existentes, con el objetivo de elaborar un plan de formación para el profesorado de la ESO que se centre en el desarrollo de la inteligencia emocional y el reconocimiento de los diferentes tipos de acoso, mediante la realización de 10 sesiones formativas al inicio del curso escolar. El programa plantea como finalidad dotar a los docentes de las herramientas necesarias para prevenir y abordar el acoso escolar de manera eficaz, creando un entorno educativo seguro y respetuoso para todos los estudiantes.

Palabras clave: Acoso escolar, formación profesorado, prevención, intervención, perfiles, inteligencia emocional.

Abstract

Bullying and cyberbullying are a worrying reality in Spain, affecting thousands of students and leaving devastating marks on the victims. Although these behaviors were previously normalized as part of growing up, today there is greater awareness thanks to social mobilization, research, and the work of educational institutions. However, much remains to be done. Teacher training is essential to improve understanding of the problem, develop more effective intervention strategies, and create a positive classroom climate. This work proposes to carry out a bibliographic review of the profiles involved in bullying and existing prevention programs, with the aim of developing a training plan for secondary school teachers that focuses on the development of emotional intelligence and the recognition of different types of bullying, through the realization of 10 training sessions at the beginning of the school year. The program aims to provide teachers with the necessary tools to prevent and address bullying effectively, creating a safe and respectful learning environment for all students.

Keywords: Bullying, Teacher training, Prevention, Intervention, Profiles, Emotional intelligence.

I. Introducción

I.1. Contextualización del acoso escolar y ciberacoso

Las consecuencias del acoso escolar son devastadoras para las víctimas, incluyendo baja autoestima, ansiedad, depresión e incluso ideas suicidas. El impacto no solo se limita al ámbito escolar, sino que puede afectar a su desarrollo personal y social a largo plazo (Olweus, 1993).

Si bien las causas del acoso son complejas, diversos factores pueden aumentar el riesgo de perpetrarlo o sufrirlo, como son la edad (más prevalente en Primaria) (Ballesteros, 2017), el sexo (las niñas son más propensas a sufrirlo) (Antoñanzas et al., 2022) o el contexto familiar y escolar (Ballesteros, 2017).

Combatir el acoso escolar y el ciberacoso requiere de un esfuerzo conjunto. La sensibilización social, la formación del profesorado, familias y alumnado, así como la implementación de protocolos de actuación en los centros educativos y el apoyo a las víctimas, son medidas fundamentales; como también lo son el aplicar un enfoque integral que combine la formación en el uso responsable de las tecnologías, la creación de entornos digitales seguros y el desarrollo de estrategias de detección y respuesta temprana en los centros educativos.

Solo mediante un esfuerzo conjunto y una mayor concienciación social podremos proteger a los niños y niñas del acoso y ciberacoso y garantizar su seguridad en entorno escolar y digital.

I.2. Evolución de estos fenómenos en las últimas décadas

En las últimas décadas, el acoso escolar y el ciberacoso han experimentado una evolución significativa en España. Si bien el acoso escolar siempre ha existido, en el pasado se consideraba como algo normal o parte del proceso de crecimiento (Jaramillo, 2019).

Actualmente, el acoso escolar consta de mayor visibilidad; es un problema reconocido gracias a la sensibilización social, la investigación y la acción de las instituciones educativas. También existen nuevos tipos de acoso, como el acoso social o el acoso por motivos de identidad sexual o de género (Larrain & Garaigordobil, 2020); pero al contrario que en años anteriores, contamos desde los centros educativos con protocolos de actuación frente a éste.

En cuanto al ciberacoso, se trata de una nueva forma de acoso con características propias como el anonimato y la amplificación del público. Tiene un mayor impacto, ya que resulta más devastador que el acoso escolar tradicional debido a la naturaleza digital y permanente del contenido. En esta línea, surgen nuevos desafíos en la prevención, como es el control del uso de las tecnologías por parte de los menores.

En estos momentos existe una mayor concienciación social sobre la gravedad de estos problemas, lo que ha impulsado la acción por parte de las instituciones educativas, las familias y la sociedad en general. La formación de los docentes ha permitido mejorar la comprensión del problema y desarrollar estrategias de intervención más efectivas (Pérez-Carbonell et al., 2016); sin embargo, según estos autores, la investigación en este campo es aún escasa y se necesitan estudios más rigurosos para evaluar la eficacia de los diferentes programas de formación. Otros autores como López- Sáez et al., (2012) sugieren que los docentes necesitan una formación más práctica y contextualizada, así como un mayor apoyo para implementar las estrategias aprendidas en el aula.

Aunque hemos encontrado un gran número de artículos relacionados con la formación y concienciación del alumnado en la prevención del acoso escolar, apenas hemos encontrado artículos relacionados con la formación del profesorado, que es quién va a tener que manejar en la gran mayoría de los casos las situaciones de acoso en el aula. Por ese motivo, nuestra propuesta de intervención irá dirigida hacia este ámbito, ya que, sin una correcta y continua formación del profesorado, no creemos posible poder intervenir frente al acoso en el aula.

1.3. Objetivos

El objetivo general de este trabajo será desarrollar propuestas de prevención efectivas para el abordaje del acoso en el ámbito educativo, con el objetivo de crear entornos escolares más seguros e inclusivos para todos los niños y niñas basándonos en los perfiles que intervienen en la aparición del acoso.

Como objetivos específicos, nos proponemos los siguientes:

1. Definir el perfil de las víctimas de acoso.
2. Definir el tipo de acoso y el perfil del acosador.

2. Revisión bibliográfica

El acoso escolar, definido como el hostigamiento o agresión continuada hacia un niño o niña por parte de sus compañeros (Olweus, 1993), sigue siendo una realidad preocupante en España. A pesar de los esfuerzos realizados en los últimos años, las estadísticas siguen siendo alarmantes; el Estudio Estatal de la Convivencia Escolar expone que un 9,53% del alumnado de Primaria ha sufrido acoso escolar; y el ciberacoso, el acoso que se lleva a cabo a través de medios digitales, se sitúa en un porcentaje similar al acoso “tradicional” con cifras que rondan el 9,2% (Torrego et al., 2023).

Según Olweus (1993), cuando hablamos de acoso directo nos referimos a comportamientos hostiles y explícitos que buscan intimidar, humillar o dañar a otra persona. Se caracteriza por ser evidente y manifiesto, y puede incluir acciones como

insultos verbales, comentarios degradantes, agresiones o contacto físico y/o sexual no deseado. El acoso indirecto, por otro lado, se basa en comportamientos sutiles y no explícitos que buscan crear un ambiente hostil o intimidante para la víctima. Suele ser más difícil de identificar que el acoso directo, y puede incluir acciones como rumores maliciosos, gestos hostiles, aislamiento social, chantaje emocional o daños a la propiedad personal.

En este apartado, se presenta una revisión exhaustiva y crítica de la literatura relevante al tema de investigación. Se han seleccionado cuidadosamente las fuentes de información, incluyendo publicaciones científicas, artículos académicos y otros documentos relacionados con nuestros objetivos de estudio.

En un inicio, se han revisado las características que definen a los acosadores y a las víctimas de acoso, de forma que podamos identificarlos y, posteriormente, guiar nuestra propuesta de intervención para la prevención del acoso en el aula.

En lo relativo al sexo, encontramos que ser varón se relaciona positivamente con un mayor acoso directo. Los chicos son más propensos a ser víctimas (así como acosadores) de acoso directo (Antoñanzas et al., 2022). También se aprecia que los chicos reciben acoso mayoritariamente por parte de los chicos; si la víctima es hombre, será agredido en su gran mayoría por otro hombre (solos o en compañía) (Bonet et al., 2021; Ballesteros, 2017). Otro factor relevante que se relaciona con el sexo masculino es el motivo de su comportamiento; un mayor número de chicos justifica su comportamiento argumentando que lo hacen por gastar una broma y asumen que al ser hombres deben mostrarse como el sexo fuerte, agresivo, provocador (Bonet et al., 2021; Larrain & Garaigordobil, 2020).

Respecto a las chicas, ser niña fue un predictor de una mayor cantidad de acoso indirecto (Antoñanzas et al., 2022) y en su caso, igual que en el de los varones, si la víctima es mujer, lo más habitual es que sea acosada por compañeras del mismo sexo (Bonet et al., 2021; Ballesteros, 2017). Es importante destacar que son las chicas con niveles más elevados de competencia social y, por ende, con mayores niveles de prosocialidad y de ajuste a las normas, quienes menos se implican en el bullying, especialmente en comportamientos de agresión hacia sus iguales (Romera et al., 2022). Un dato importante en este aspecto, es que encontramos un porcentaje elevado de casos de mujeres que sufren ciberbullying (66.7%) en relación con el acoso tradicional (48.9%) (Ballesteros, 2017).

Respecto a la edad, existe una mayor prevalencia entre los chicos de ESO, quienes se reconocen en su rol de agresor en un 32% frente al 19% de las chicas (Carretero, & Nolasco, 2021). Las víctimas de acoso escolar distinto al ciberbullying suelen tener una edad inferior a 10,9 años de media; mientras que las víctimas de ciberbullying suelen ser de edades mayores (13,5 años de media) (Ballesteros, 2017). También concuerda con investigaciones que muestran que, aunque el acoso tradicional disminuye a finales de la adolescencia, las tasas de ciberacoso aumentan (Feijóo et al., 2021). En una revisión realizada por Garaigordobil (2017), se muestra que a medida que aumenta la edad de los

estudiantes, las conductas físicas disminuyen, mientras que las sociales y psicológicas aumentan, lo que cuadra con el aumento del ciberacoso y la disminución del acoso tradicional y físico. Otro dato relevante respecto a los acosadores es que estos suelen ser compañeros de clase (89,1% en ciberbullying; 86,8% en otros tipos) y, por tanto, la edad del agresor suele ser similar a la de la víctima (Ballesteros, 2017).

Referente a otros aspectos socioculturales, tener menos amistades en la escuela, así como percibir a los profesores como menos aptos para enfrentar el acoso, son factores que predicen que el estudiante será víctima de acoso directo. En un trabajo presentado por la Universidad Internacional de Valencia (2014), se afirma que existen factores que multiplican las probabilidades de ser víctima de acoso como son: pertenecer a un grupo religioso, étnico, cultural o con una orientación sexual minoritaria, tener alguna clase de trastorno de aprendizaje, sobre todo los relacionados con el lenguaje oral (ya que son los más evidentes) o tener algún tipo de discapacidad (Carretero & Nolasco, 2021).

En las dimensiones que implican estar integrado dentro del grupo de iguales, mostrar comportamientos prosociales y ajustarse a las normas de convivencia, disminuyen la probabilidad de implicación en la agresión, principalmente en el caso de los chicos preadolescentes (Romera et al., 2022). El aislamiento en el colegio es una de las graves consecuencias motivadas por el ciberbullying o el acoso escolar. En efecto, la gran mayoría (51,6% en ciberbullying; 45,6% en acoso escolar) no tiene amigos o tiene sólo unos pocos. Es necesario resaltar que buena parte de los acosadores de ciberbullying fueron en su día amigos de las víctimas (Ballesteros, 2017).

En lo referente a la dimensión psicológica o comportamental, se podría afirmar que existe un “ciclo de violencia” que pone de manifiesto cómo ser víctima de violencia escolar, a su vez, promueve un cambio de rol en otro contexto, pasando a convertirse en agresor/a como si se produjera un ciclo en forma de espiral. La violencia llama a la violencia y la persona juega el doble papel o rol de víctima y agresora de manera sucesiva (Ruiz et al., 2020; Larrain & Garaigordobil, 2020). Ser víctima de ciberacoso en la adolescencia llevaría a un inadecuado ajuste psicológico y a un reducido bienestar emocional, lo que generaría una menor satisfacción vital. Esto sugiere que los adolescentes que perciben, expresan y regulan peor sus emociones tienen mayor posibilidad de sufrir ciberacoso. (García et al., 2020).

Esta revisión de las características principales de acosadores y víctimas podría ayudar a identificar en el aula a aquellos alumnos/as que se encuentran en riesgo de perpetrar o sufrir acoso; y resulta una herramienta muy útil para el docente, ya que le permitirá poder intervenir precozmente si se encuentra familiarizado con el reconocimiento de estos perfiles.

Respecto a las intervenciones en el ámbito escolar relacionadas con el acoso, encontramos como destacable el programa de mediación. Diversos autores refuerzan la teoría de que este programa bien aplicado ayuda notablemente en la disminución del acoso. Por ejemplo, el programa ARCO “Aprender a resolver conflictos”, de Álvarez et al. (2007), es una intervención para la mejora de la convivencia que consta de un temario

de diez unidades para la formación del alumnado en resolución de conflictos. El tutor aplica el programa en horarios de tutoría durante el curso escolar, en formato lúdico con actividades grupales. Parte de la fundamentación de que la aplicación de técnicas de resolución de conflictos es un factor protector que previene el acoso escolar y la violencia en general (Álvarez et al., 2009). Otros autores como Dragone et al. (2022) también refuerzan la figura del alumno mediador, con la intención de equipar a los jóvenes para pensar y actuar responsablemente.

Para conseguir un programa de mediación eficaz, se debe instruir al alumnado en el dominio de las habilidades sociales y desarrollo de la inteligencia emocional. En diferentes programas se hace hincapié en estos aspectos, ya que, como coinciden los autores, una buena gestión de las emociones y la empatía disminuye la probabilidad de convertirse en acosador y aumenta la capacidad de entender a los demás para poder ayudarles (Garaigordobil & Martínez-Valderrey, 2014; Caballo et al., 2011; Carpio & Tejero, 2012). Un ejemplo de ello lo podemos ver en el programa CIE, desarrollado por Carbonell (2017), que tiene como objetivo prevenir situaciones de acoso escolar a partir del fomento de la inteligencia emocional. Se enseña a los alumnos, de forma grupal, cuáles son los principales elementos de la inteligencia emocional y cómo incorporarlos en su vida diaria como una forma de afrontar y prevenir las distintas situaciones de bullying.

Otros programas en auge estos últimos años son los relacionados con la tutorización entre iguales. El programa compañeros ayudantes, elaborado por Del Barrio et al. (2011), nace como medio de mejora de la convivencia escolar en general y se fundamenta en los sistemas de ayuda entre iguales, en el que los propios estudiantes prestan una ayuda formal a sus compañeros. Esta herramienta implica seleccionar a algunos estudiantes voluntarios y entrenarlos para que ayuden a otros en situaciones emocionales negativas, dotándolos de habilidades de ayuda y resolución de conflictos (supervisados por los adultos). Se trata de un recurso educativo que, según indican los autores, está extendido en algunos países europeos, pero que en España es poco conocido en los centros de enseñanza.

En un artículo de Pérez-Carbonell et al. (2016) sobre formación del profesorado de ESO para la prevención e intervención en acoso escolar, se expone que existe una formación insuficiente sobre el tema entre este colectivo. Además, se ha podido constatar que las acciones de prevención que realiza el profesorado en el grupo clase y en el centro son de carácter educativo, como también se corrobora en otros estudios (Iriarte et al., 2010). Para determinar si existe asociación entre las variables personales del profesorado y el conocimiento que tiene sobre acoso escolar y con las acciones de prevención e intervención que desarrolla, se ha encontrado que el profesorado más joven es el que solicita mayor ayuda al departamento de orientación, y aquel que ha realizado la función de tutor durante más años es el que, ante casos de acoso escolar, más señala llevar a cabo las acciones marcadas en los protocolos de actuación del centro (Iriarte et al., 2010).

En cuanto a la literatura revisada sobre las intervenciones realizadas que han resultado ser más eficaces para prevenir y actuar sobre el bullying, encontramos que la mayoría

de los métodos utilizados están enfocados a formar, sensibilizar y desarrollar en el alumnado diferentes aspectos de la propia personalidad, como el desarrollo de habilidades sociales, inteligencia emocional o la resolución de conflictos. La gran mayoría de los programas rondan el número de 10 sesiones durante el curso académico, ya que, según Carney & Merrell (2001), se debe considerar que la eficacia de los estos programas mejora cuando se desarrollan de forma continua, a largo plazo, más que como una intervención puntual o a corto plazo. La forma más idónea para organizar estas sesiones ha resultado ser mediante la realización de actividades en formato grupal (Caballo et al., 2011), utilizando dinámicas de grupo y debates (Carpio & Tejero, 2012; Garaigordobil, 2010a, 2010b).

Según el artículo de Pérez-Carbonell et al. (2016), para complementar con la formación al alumnado, se deben realizar los siguientes pasos en relación con la intervención en el profesorado y el centro:

- Evaluación de las necesidades del centro en materia de acoso escolar. Sin esta detección, las acciones serán excesivamente generales y no contemplarán el contexto del aula y/o del centro.
- Desarrollo de una intervención integral. Es decir, implicar a todos los agentes educativos y sociales en el desarrollo de las acciones formativas (Castañeda & Adell, 2013; Debarbieux & Blaya, 2009), destacando la importancia de las estrategias de colaboración y cooperación entre profesorado, entre profesorado y alumnado y entre profesorado y familia.
- Formación para la convivencia y en competencias docentes socioemocionales (Ibarrola & Iriarte, 2014), diseñando acciones que se centren en la adquisición de conocimientos teóricos sobre qué es el acoso escolar y su tipología presencial y no presencial (ciberacoso), así como en el conocimiento específico por parte del profesorado de sus funciones en materia de acoso escolar según establece la normativa vigente. Todo ello realizado a través de seminarios, charlas y/o talleres dirigidas por personal experto en el tema a tratar. Por otro lado, al igual que destacan Sánchez y Cerezo (2011), se hace necesario trabajar con el grupo de docentes en el desarrollo de sus competencias emocionales (conciencia emocional, regulación emocional, etc.), para dotarlo de actitudes positivas y estrategias que les ayuden a lograr el bienestar personal y social que les permita extraer su propio potencial, a fin de poder afrontar los acontecimientos de la vida cotidiana. Todo ello con la finalidad última de trabajar para la consecución y la generación de una «cultura de convivencia» (Ibarrola e Iriarte, 2014), concienciar y motivar a todas las personas involucradas en el quehacer educativo de los centros y dar importancia al fomento de las relaciones positivas en cada

grupo clase, llegando así a erradicar las situaciones de acoso entre iguales (Iriarte et al., 2010).

3. Metodología

En este apartado se describe el método utilizado para realizar la revisión bibliográfica.

Esta revisión ha servido para conocer el problema y sus características principales (sobre acosadores y víctimas); así como los programas de intervención con más efectividad que existen actualmente, y poder determinar así las áreas de oportunidad para realizar nuestra propuesta.

Bases de datos (acceso desde la plataforma **Ebscohost** a través de la biblioteca digital de la UMH).

- **PsycARTICLES:** de la American Psychological Association (APA).
- **PsycINFO®:** el reconocido recurso de la American Psychological Association (APA).
- **ERIC (Education y Resources in Education Index.):** una base de datos del Departamento de Educación de los Estados Unidos.
- **PSICODOC:** una base de datos del Consejo General de Colegios Oficiales de Psicólogos.
- **Teacher Reference Center:** proporciona índices y resúmenes de 280 de las más reconocidas revistas y publicaciones para maestros y administradores para ayudar a los educadores profesionales.

Se utilizó una estrategia de búsqueda combinando diferentes operadores booleanos (AND, OR, NOT) para obtener resultados precisos y relevantes.

Se realizó una búsqueda exhaustiva en cada una de las bases de datos, utilizando diferentes combinaciones de palabras clave : “bullying”, “violencia escolar”, “agresión entre pares”, “intimidación”, “escuela”, “ciberbullying”, “acoso online”, “acosador”, “víctima”, “acoso escolar”, “adolescente”, “perfil”, “género”, “prevención”, “programa”, “intervención”, “profesores”, “formación de profesorado”, “estrategias”, “resolución de conflictos”, “school violence”, “school bullying”, “peer-to-peer aggression”, “teachers”, “teacher training”, “school”, “bully”, “victim”, “teenager”, “adolescents”, “profile”, “prevention”, “intervention”, “program”, “strategies” y “conflict resolution”.

4. Propuesta

Tras la revisión bibliográfica observamos diferentes áreas de oportunidad en la prevención y control del acoso escolar, sobre todo, relacionadas con la formación del profesorado implicado, de la cual hemos podido observar que tenemos carencia de programas formativos. Es hacia este objetivo al cual dirigimos nuestra propuesta de respuesta educativa.

4.1. Población objetivo

Nuestra población objetivo a formar serán los profesores de secundaria de todos los institutos públicos de España que imparten clases a los cursos de la ESO (1º, 2º, 3º y 4º), dada la alta incidencia de acoso en estas edades. Tras la formación serán capaces de poner en práctica en el aula los conocimientos aprendidos durante las diferentes sesiones.

4.2. Procedimiento

Siguiendo con la estrategia de Pérez-Carbonell et al. (2016), para la realización de la propuesta de intervención sería necesario seguir una serie de pasos que detallamos a continuación.

El primer paso sería llevar a cabo la evaluación de las necesidades del centro. Se realizaría un análisis de los documentos existentes en el centro, como el Plan de Convivencia, las actas de las reuniones del equipo de atención a la diversidad, los informes de los profesionales que trabajan con el alumnado, etc., para obtener información sobre la situación del acoso escolar en el centro y las acciones realizadas para abordarlo.

Seguidamente, se plantearía aplicar cuestionarios dirigidos a estudiantes, docentes y familias para conocer sus percepciones sobre el acoso escolar, su incidencia en el centro, las medidas preventivas y la efectividad de las intervenciones existentes (si las hay), así como las necesidades formativas identificadas.

Una vez recogidos los datos a través de los diferentes instrumentos, se deben analizar cuidadosamente para identificar las necesidades formativas más relevantes. Es importante considerar las diferentes perspectivas de los distintos grupos de interés y buscar patrones o tendencias que puedan indicar áreas prioritarias de intervención.

Con el contenido analizado, pasaremos al siguiente punto que será el desarrollo de nuestra intervención. Proponemos una intervención en formación para docentes titulada: **“Abordando el acoso escolar y promoviendo una cultura de convivencia”** que tendrá una duración total de **13 h** lectivas y se realizará en el **primer mes** del curso escolar, con **una sesión semanal** que englobará entre 1 y 3 sesiones (según duración/ planificación). Esta formación se repetirá al inicio de cada curso escolar de la ESO y se actualizará periódicamente.

4.3. Objetivos de la propuesta

Los objetivos generales de nuestra propuesta serán los siguientes:

- Dotar al profesorado de conocimientos teóricos sobre el acoso escolar, su tipología y las estrategias de prevención e intervención conociendo las características más relevantes sobre el alumnado implicado: víctimas y acosadores. Reconocimiento precoz en el aula.
- Desarrollar las competencias emocionales del profesorado para fomentar una actitud positiva y resiliente.
- Promover una cultura de convivencia basada en el respeto, la empatía y la resolución pacífica de conflictos.
- Fortalecer las competencias docentes en materia de convivencia y gestión del acoso escolar.

4.4 Actividades

Para alcanzar nuestros objetivos, dividiremos la formación en tres módulos en los cuales trabajaremos mediante las metodologías descritas en cada caso.

Tabla 1. Actividad 1

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Definición, tipología y manifestaciones del acoso escolar (presencial y ciberbullying). Características de acosadores y víctimas			
MÓDULO I. Acoso escolar: comprensión y abordaje			
NÚMERO	I	TEMPORIZACIÓN	60 min
RESPONSABLE	Psicopedagogo (experto en acoso escolar)		
RECURSOS	<ul style="list-style-type: none"> • Aula con pupitres • Folios • Bolígrafos • Pizarra • Móviles con acceso a internet (personales)/tablets 		
OBJETIVOS	Dotar al profesorado de conocimientos teóricos sobre el acoso escolar y su tipología. Reconocer precozmente las características más relevantes sobre el alumnado implicado: víctimas y acosadores.		
CONTENIDOS	Tipos de acoso. Directo e indirecto. Ciberacoso.		

	Definición y características sobre el acoso presencial. Características sobre acosadores y víctimas. Perfiles.
DESARROLLO	<p>1. Trabajo en equipo. Definición de términos. (30 minutos)</p> <p>Se dividirá a los profesores en 4 grupos escogidos al azar por el psicopedagogo (quién dirige la actividad). Se les entregará un folio por “representante del grupo”, quién se quedará en ese sitio durante toda la actividad. El primer grupo se encargará de realizar la definición y características relevantes sobre el acoso escolar presencial, el segundo sobre el ciberacoso, el tercero sobre el acosador y el cuarto sobre la víctima. Cada uno de los grupos irá rotando al siguiente “sitio” y completando las definiciones proporcionadas por sus compañeros con cada representante de grupo.</p> <p>2. El consenso (20 minutos)</p> <p>Con toda la información aportada por los participantes, se llegará a un consenso mediante debate sobre las características más relevantes y cómo reconocerlas en el aula (siempre guiados por el experto en el tema).</p>
EVALUACIÓN	<p>Tras finalizar la actividad se pasará un cuestionario breve mediante “Quizlet” que incluya cuestiones sobre el acoso escolar y sus características y nos permita valorar el grado de asimilación de la teoría (10 minutos). Valoración de los docentes (formador y formación).</p>

Tabla 2. Actividad 2

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Impacto del acoso escolar en las víctimas, acosadores y observadores			
MÓDULO I. Acoso escolar: comprensión y abordaje			
NÚMERO	2	TEMPORIZACIÓN	60 min
RESPONSABLE	Psicopedagogo (experto en acoso escolar)		
RECURSOS	<ul style="list-style-type: none"> • Pupitres • Proyector • Ordenador 		

	<ul style="list-style-type: none"> • Altavoces
OBJETIVOS	<p>Profundizar en el reconocimiento de las consecuencias del acoso.</p> <p>Reconocer precozmente las características más relevantes sobre el alumnado implicado: víctimas y acosadores.</p>
CONTENIDOS	Impacto del acoso escolar en las víctimas, acosadores y observadores.
DESARROLLO	<p>1. Vídeo (20 minutos)</p> <p>Se expondrán ejemplos audiovisuales que ejemplifiquen situaciones de acoso (reproducción de 4 vídeos cortos), para reconocer el impacto que éste produce en los implicados.</p> <p>2. Debate (40 minutos)</p> <p>Después de cada vídeo se destinará un espacio de tiempo para el debate y poder expresar sus interpretaciones y experiencias y poder compartirlas con los compañeros.</p>
EVALUACIÓN	<p>Mediante el uso de una rúbrica se evaluará el grado de participación de cada docente en el debate.</p> <p>Valoración de los docentes (formador y formación).</p>

Tabla 3. Actividad 3

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Legislación vigente sobre acoso escolar y normativa interna del centro educativo. Protocolo de actuación ante situaciones de acoso escolar			
MÓDULO I. Acoso escolar: comprensión y abordaje			
NÚMERO	3	TEMPORIZACIÓN	60 min
RESPONSABLE	Jefatura de estudios del centro		
RECURSOS	<ul style="list-style-type: none"> • Ordenadores • Internet • Pupitres 		
OBJETIVOS	Conocer las estrategias de prevención e intervención en acoso escolar del centro educativo.		

	Conocer la normativa vigente relacionada con este tema.
CONTENIDOS	Legislación vigente sobre acoso escolar. Protocolos de actuación ante acoso escolar.
DESARROLLO	Formación online sobre legislación y normativa en acoso escolar (Interactiva, dinámica, adaptada) (40 minutos).
EVALUACIÓN	Test final de evaluación (30 preguntas online) (20 minutos). Valoración de los docentes (formador y formación).

Tabla 4. Actividad 4

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Conciencia emocional: identificación y comprensión de las propias emociones			
MÓDULO 2. Competencias docentes socioemocionales			
NÚMERO	4	TEMPORIZACIÓN	90 min
RESPONSABLE	Psicólogo experto en inteligencia emocional (IE)		
RECURSOS	<ul style="list-style-type: none"> • Pizarra o proyector • Rotuladores/bolígrafos • Hojas de papel para anotaciones 		
OBJETIVOS	<p>Desarrollar las competencias emocionales del profesorado para fomentar una actitud positiva y resiliente. Brindar a los docentes herramientas para identificar y comprender sus propias emociones, como paso fundamental para desarrollar su inteligencia emocional y mejorar su práctica docente.</p>		
CONTENIDOS	Conciencia emocional: herramientas para identificar y trabajar las emociones.		
DESARROLLO	I. Introducción (10 minutos)		

- Iniciar la sesión con una breve introducción sobre la conciencia emocional, destacando su importancia para el bienestar personal y profesional de los docentes.
- Crear un ambiente de confianza y participación, invitando a los docentes a compartir sus expectativas sobre la sesión.

2. Actividad de sensibilización (15 minutos)

- Presentar a los docentes una situación hipotética relacionada con su práctica docente que pueda generar emociones intensas.
- Pedir a los docentes que imaginen cómo se sentirían en esa situación y que identifiquen las emociones que podrían experimentar.
- Compartir las diferentes emociones expresadas y abrir una discusión sobre la importancia de reconocer y comprender las propias emociones.

3. Teoría sobre la conciencia emocional (20 minutos)

- Explicar qué es la conciencia emocional y sus componentes: autoconocimiento emocional, autorregulación emocional, empatía y habilidades sociales.
- Presentar un modelo de inteligencia emocional, como el modelo de Goleman, y destacar la importancia de desarrollar cada uno de sus componentes.
- Brindar ejemplos de cómo la conciencia emocional puede ayudar a los docentes en su práctica diaria, como para gestionar el estrés en el aula, mejorar la comunicación con los estudiantes o crear un clima escolar positivo.

Figura 1. Modelo Goleman



4. Actividad de autoexploración emocional (20 minutos)

- Entregar a cada docente una hoja de papel y pedirles que anoten las emociones que han experimentado con mayor frecuencia durante la última semana.
- Luego, invitarlos a compartir en parejas las emociones que han anotado y reflexionar sobre las situaciones que las han desencadenado.
- Facilitar un espacio para que compartan sus reflexiones con el grupo y discutan la importancia de prestar atención a sus propias emociones.

5. Estrategias para desarrollar la conciencia emocional (15 minutos)

- Presentar a los docentes diferentes estrategias para desarrollar su conciencia emocional, como:
 - **Llevar un diario emocional**
 - **Practicar la atención plena:** Ejercicios de mindfulness para enfocar la atención en el presente y observar las emociones sin juicio.
 - **Identificar desencadenantes emocionales:** Reconocer las situaciones o personas que suelen generar emociones intensas.

	<ul style="list-style-type: none"> ○ Desarrollar un vocabulario emocional: Ampliar el conocimiento de las diferentes emociones y sus matices.
EVALUACIÓN	Cuestionario de satisfacción con la formación y el formador (10 min).

Tabla 5. Actividad 5

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Estrategias de regulación emocional			
MÓDULO 2. Competencias docentes socioemocionales			
NÚMERO	5	TEMPORIZACIÓN	120 min
RESPONSABLE	Psicólogo experto en inteligencia emocional (IE)		
RECURSOS	<ul style="list-style-type: none"> • Pizarra o proyector • Rotuladores/ bolígrafos • Hojas de papel para anotaciones 		
OBJETIVOS	<p>Desarrollar las competencias emocionales del profesorado para fomentar una actitud positiva y resiliente.</p> <p>Capacitar a los docentes para comprender y aplicar estrategias de regulación emocional en su práctica docente, con el fin de mejorar la gestión del aula y el bienestar propio y de sus estudiantes.</p>		
CONTENIDOS	Regulación emocional. Estrategias y planes de acción.		
DESARROLLO	<p><u>Primera parte:</u></p> <p>Introducción (10 minutos)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Iniciar la sesión con una breve introducción sobre la importancia de la regulación emocional en el ámbito educativo, destacando su impacto en el aprendizaje, la convivencia y el bienestar tanto de los docentes como de los estudiantes. 		

- Presentar los objetivos de la sesión, enfatizando en la adquisición de conocimientos y habilidades para gestionar las emociones de manera efectiva en el aula.

Actividad 1: ¿Qué es la regulación emocional? (15 minutos)

- Facilitar a los docentes una definición clara de la regulación emocional, incluyendo sus componentes esenciales:
 - **Autoconocimiento emocional:** La capacidad de identificar y comprender las propias emociones.
 - **Evaluación emocional:** La capacidad de evaluar la intensidad y la adecuación de las propias emociones en un contexto determinado.
 - **Respuesta emocional:** La capacidad de generar respuestas emocionales adecuadas a la situación y a las propias necesidades.

Actividad 2: Estrategias de regulación emocional para docentes (25 minutos)

- Exponer a los docentes diferentes estrategias de regulación emocional que pueden aplicar en su práctica docente, tanto para gestionar sus propias emociones como para ayudar a sus estudiantes a regular las suyas.
 - **Estrategias de autoconocimiento emocional:** Técnicas de mindfulness, respiración profunda, identificación de desencadenantes emocionales.
 - **Estrategias de evaluación emocional:** Replanteamiento cognitivo, reevaluación de la situación, análisis de la perspectiva.
 - **Estrategias de respuesta emocional:** Técnicas de relajación, comunicación asertiva, resolución de problemas, búsqueda de apoyo social.
- Brindar a los docentes ejemplos prácticos de cómo aplicar estas estrategias en diferentes situaciones del

	<p>aula, como el manejo de conflictos, la gestión del estrés o la motivación de los estudiantes.</p> <p>Actividad 3: Reflexión (10 minutos)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Facilitar a los docentes un espacio para reflexionar sobre sus propias experiencias con la regulación emocional en el aula. • Invitar a compartir sus estrategias y recursos favoritos para gestionar sus emociones y ayudar a sus estudiantes a regular las suyas. <p><u>Segunda parte:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Promover la elaboración de un plan de acción para implementar en el aula las estrategias aprendidas en la sesión (se dividirá a los docentes en grupos de 5 personas como máximo, y posteriormente expondrán sus planes de acción a los compañeros). (60 minutos en total).
EVALUACIÓN	<p>Evaluación del plan de acción expuesto mediante rúbrica.</p> <p>Evaluación de la participación de cada docente en la actividad propuesta mediante rúbrica.</p> <p>Evaluación de la exposición grupal mediante rúbrica.</p> <p>Valoración de los docentes (formador y formación).</p>

Tabla 6. Actividad 6

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: El uso de la empatía y la asertividad como aliadas en los conflictos del aula			
MÓDULO 2. Competencias docentes socioemocionales			
NÚMERO	6	TEMPORIZACIÓN	60 min
RESPONSABLE	Psicólogo experto en inteligencia emocional (IE)		
RECURSOS	<ul style="list-style-type: none"> • Pizarra o proyector • Rotuladores • Hojas de papel para anotaciones 		

	<ul style="list-style-type: none"> Casos hipotéticos o situaciones reales de conflictos en el aula (audiovisuales y escritos)
OBJETIVOS	<p>Desarrollar las competencias emocionales del profesorado para fomentar una actitud positiva y resiliente.</p> <p>Capacitar al profesorado para comprender, fomentar y aplicar la empatía y la asertividad como herramientas para la resolución efectiva de conflictos en el aula.</p>
CONTENIDOS	Empatía y asertividad. Aplicación en el aula.
DESARROLLO	<p>Exposición dialogada (15 minutos): Se presentará una introducción teórica sobre los conceptos de empatía y asertividad, destacando su importancia en la gestión de conflictos en el aula. Se utilizarán recursos audiovisuales y ejemplos prácticos para facilitar la comprensión de los participantes.</p> <p>Actividad grupal (30 min): Los docentes se dividirán en pequeños grupos (máximo 5 personas) para trabajar en una actividad práctica relacionada con la aplicación de la empatía y la asertividad en situaciones conflictivas del aula. Se les proporcionarán casos hipotéticos o situaciones reales para que analicen y propongan soluciones mediante role-playing utilizando las técnicas de comunicación aprendidas.</p> <p>Puesta en común (15 min): Cada grupo compartirá con el resto de la clase las conclusiones y propuestas de su actividad, lo que permitirá un intercambio de ideas y experiencias entre los participantes.</p>
EVALUACIÓN	<p>Evaluación de la participación de cada docente en la actividad propuesta mediante rúbrica.</p> <p>Valoración de los docentes (formador y formación).</p>

Tabla 7. Actividad 7

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Resolución de conflictos: estrategias para abordar los conflictos de manera pacífica y constructiva			
MÓDULO 2. Competencias docentes socioemocionales			
NÚMERO	7	TEMPORIZACIÓN	90 min
RESPONSABLE	Psicólogo experto en inteligencia emocional (IE)		

<p>RECURSOS</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Pizarra y proyector • Rotuladores • Hojas de papel para anotaciones • Ejemplos de situaciones conflictivas en el aula (videos)
<p>OBJETIVOS</p>	<p>Desarrollar las competencias emocionales del profesorado para fomentar una actitud positiva y resiliente. Promover una cultura de convivencia basada en el respeto, la empatía y la resolución pacífica de conflictos.</p>
<p>CONTENIDOS</p>	<p>Resolución de conflictos en el aula. Estrategias y recursos.</p>
<p>DESARROLLO</p>	<p>1. Introducción (10 minutos)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Iniciar la sesión con una breve introducción sobre la importancia de la resolución de conflictos en el ámbito educativo. • Compartir algunas estadísticas sobre la frecuencia de los conflictos en las aulas y su impacto en el aprendizaje de los estudiantes (incluidas las del propio centro escolar). <p>2. Definición de conflicto (10 minutos)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Facilitar a los docentes una definición precisa del conflicto, incluyendo sus características esenciales: <ul style="list-style-type: none"> ○ Percepción de incompatibilidad: Las partes involucradas perciben que sus intereses o necesidades son incompatibles. ○ Interacción negativa: Las partes involucradas se comportan de manera negativa hacia la otra persona. ○ Emociones intensas: Los conflictos suelen generar emociones intensas como ira, frustración, tristeza o miedo. • Resaltar la importancia de diferenciar los conflictos de los problemas, ya que los problemas son situaciones que requieren soluciones, mientras que los conflictos implican un enfrentamiento entre personas.

3. Tipos de conflictos (10 minutos)

- Presentar a los docentes una clasificación de los diferentes tipos de conflictos que pueden surgir en el aula, incluyendo:
 - **Conflictos interpersonales:** Se producen entre dos o más individuos.
 - **Conflictos grupales:** Se producen entre grupos de estudiantes.
 - **Conflictos entre estudiantes y docentes:** Se producen entre estudiantes y sus profesores.
- Enfatizar que cada tipo de conflicto requiere estrategias específicas de resolución.

4. Estrategias de resolución de conflictos (55 minutos)

- Presentar a los docentes diferentes estrategias de resolución de conflictos que pueden ser utilizadas en el aula, incluyendo:
 - **Negociación:** Las partes involucradas buscan llegar a un acuerdo que satisfaga sus intereses de manera parcial.
 - **Mediación:** Un tercero neutral facilita la comunicación entre las partes involucradas para que puedan llegar a un acuerdo por sí mismas.
 - **Arbitraje:** Un tercero con autoridad toma una decisión que es vinculante para las partes involucradas.
 - **Conciliación:** Un tercero neutral ayuda a las partes involucradas a comprender sus perspectivas y a encontrar soluciones creativas.
- Realizar actividad individual con diferentes supuestos (videos) y proponer formas de resolverlos con los conocimientos previos de las diferentes sesiones.

	<ul style="list-style-type: none"> • Posteriormente, compartir con el resto de los compañeros. <p>5. Recursos para la resolución de conflictos (5 minutos)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Presentar a los docentes diferentes recursos que pueden ser utilizados para la resolución de conflictos en el aula, incluyendo: <ul style="list-style-type: none"> ○ Libros y artículos sobre resolución de conflictos. ○ Materiales audiovisuales como videos y presentaciones. ○ Programas de formación en resolución de conflictos. ○ Organizaciones que ofrecen apoyo y asesoramiento en resolución de conflictos. • Animar a los docentes a buscar y utilizar estos recursos para ampliar sus conocimientos y habilidades en esta materia.
EVALUACIÓN	<p>Evaluación de la participación de cada docente en la actividad propuesta mediante rúbrica. Valoración de los docentes (formador y formación).</p>

Tabla 8. Actividad 8

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Implementación de programas de educación para la convivencia			
MÓDULO 3. Estrategias para promover una cultura de convivencia			
NÚMERO	8	TEMPORIZACIÓN	60 min
RESPONSABLE	Orientador/a		

RECURSOS	<ul style="list-style-type: none"> • Pizarra y proyector • Rotuladores • Hojas de papel para anotaciones • Ejemplos de programas de educación para la convivencia (audiovisual)
OBJETIVOS	<p>Fortalecer las competencias docentes en materia de convivencia y gestión del acoso escolar.</p> <p>Capacitar a los docentes para que puedan implementar de manera efectiva programas de educación para la convivencia en el aula y en el centro educativo.</p>
CONTENIDOS	<p>Educación para la convivencia. Definición, programas e implementación.</p>
DESARROLLO	<p>1. Introducción (10 minutos)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Iniciar la sesión con una breve introducción sobre la importancia de la educación para la convivencia en el ámbito educativo. • Compartir algunas estadísticas sobre los beneficios de la educación para la convivencia, como la reducción de la violencia escolar, la mejora del clima escolar y el aumento del rendimiento académico. <p>2. ¿Qué es la educación para la convivencia? (10 minutos)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Facilitar a los docentes una definición precisa de la educación para la convivencia, incluyendo sus características esenciales: <ul style="list-style-type: none"> ○ Proceso continuo ○ Enfoque preventivo ○ Participación de toda la comunidad educativa • Resaltar la importancia de la educación para la convivencia para crear un ambiente escolar positivo y seguro donde todos los estudiantes puedan aprender y desarrollarse plenamente.

	<p>3. Componentes de un programa de educación para la convivencia (40 minutos)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Presentar a los docentes los componentes esenciales de un programa de educación para la convivencia, incluyendo: <ul style="list-style-type: none"> ○ Diagnóstico de la situación ○ Establecimiento de objetivos: deben ser claros, medibles y alcanzables. ○ Diseño de actividades: deben ser variadas, atractivas y adecuadas para las diferentes edades y niveles educativos. ○ Evaluación del programa: Es importante evaluar el programa de manera periódica para medir su impacto y realizar los ajustes necesarios. • Actividad grupal: Proponer entre todos actividades para fomentar la educación para la convivencia (Brainstorming). <p>4. Recursos para la implementación de programas de educación para la convivencia (10 minutos)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Presentar a los docentes diferentes recursos que pueden ser utilizados para la implementación de programas de educación para la convivencia, incluyendo: <ul style="list-style-type: none"> ○ Materiales educativos ○ Programas de formación ○ Organizaciones de apoyo
<p>EVALUACIÓN</p>	<p>Evaluación de la participación de cada docente en la actividad propuesta mediante rúbrica. Valoración de los docentes (formador y formación).</p>

Tabla 9. Actividad 9

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Mediación escolar: resolución de conflictos entre iguales			
MÓDULO 3. Estrategias para promover una cultura de convivencia			
NÚMERO	9	TEMPORIZACIÓN	90 min
RESPONSABLE	Orientador/a y actor/actriz		
RECURSOS	<ul style="list-style-type: none"> • Pizarra y proyector • Rotuladores • Hojas de papel para anotaciones • Ejemplos de situaciones conflictivas entre estudiantes (audiovisual) 		
OBJETIVOS	Capacitar a los docentes para que puedan implementar la mediación escolar como una herramienta efectiva para la resolución de conflictos entre iguales, promoviendo un clima escolar positivo y fomentando la convivencia pacífica en el aula.		
CONTENIDOS	Mediación y resolución de conflictos. Definición, beneficios y rol del docente.		
DESARROLLO	<p>1. Introducción (10 minutos)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Iniciar la sesión con una breve introducción sobre la importancia de la mediación escolar en el ámbito educativo. <p>2. ¿Qué es la mediación escolar? (10 minutos)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Facilitar a los docentes una definición precisa de la mediación escolar, incluyendo sus características esenciales: <ul style="list-style-type: none"> ○ Proceso voluntario: Tanto el mediador como las partes involucradas en el conflicto deben aceptar participar de manera voluntaria. ○ Tercero neutral: El mediador es una figura imparcial que no toma partido por ninguna de las partes. 		

- **Confidencialidad:** Las conversaciones que se dan durante la mediación son confidenciales.
- **Enfoque en la comunicación:** El objetivo principal es facilitar la comunicación entre las partes para que puedan llegar a un acuerdo mutuo.

3. Beneficios de la mediación escolar (10 minutos)

- Presentar a los docentes los principales beneficios de implementar la mediación escolar en el aula, incluyendo:
 - **Disminución de la violencia y la agresión**
 - **Mejora del clima escolar**
 - **Desarrollo de habilidades sociales y emocionales**
 - **Aumento del sentido de responsabilidad**

4. El rol del docente en la mediación escolar (20 minutos)

- Describir el rol del docente como facilitador de la mediación escolar, incluyendo:
 - **Identificar los conflictos**
 - **Explicar el proceso de mediación:** Informar a las partes involucradas en el conflicto sobre el proceso de mediación, sus objetivos y las reglas básicas.
 - **Seleccionar al mediador:** En caso de que el docente no sea el mediador, seleccionar a un estudiante para que desempeñe ese rol.
 - **Facilitar la comunicación:** Guiar la comunicación entre las partes involucradas en el conflicto, ayudándolas a expresarse de manera respetuosa y escuchando atentamente sus puntos de vista.
 - **Apoyar el acuerdo:** Ayudar a las partes involucradas en el conflicto a llegar a un acuerdo mutuo que sea justo y beneficioso para ambas.

	<ul style="list-style-type: none"> ○ Seguimiento del acuerdo: Hacer un seguimiento del acuerdo para asegurarse de que se está cumpliendo y para brindar apoyo a las partes involucradas si es necesario. • Realización de role-playing dirigido por un actor/actriz que les ayude a escenificar situaciones de conflicto y cómo actuar antes estas. (40 minutos)
EVALUACIÓN	Evaluación de la participación de cada docente en la actividad propuesta mediante rúbrica. Evaluación de la exposición grupal mediante rúbrica. Valoración de los docentes (formador y formación).

Tabla 10. Actividad 10

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Implicación de las familias en la prevención del acoso escolar			
MÓDULO 3. Estrategias para promover una cultura de convivencia			
NÚMERO	10	TEMPORIZACIÓN	90 min
RESPONSABLE	Orientador/a		
RECURSOS	<ul style="list-style-type: none"> • Pizarra y proyector • Rotuladores • Hojas de papel para anotaciones • Ordenadores con acceso a internet • Folletos informativos sobre el acoso escolar y la implicación de las familias (opcional) 		
OBJETIVOS	Capacitar a los docentes para comprender la importancia de la implicación de las familias en la prevención del acoso escolar, y para desarrollar estrategias efectivas para colaborar con las familias en este ámbito.		
CONTENIDOS	El papel de las familias en la prevención del acoso y su colaboración con la escuela. Estrategias, programas y difusión.		
DESARROLLO	I. El papel de las familias en la prevención del acoso escolar (15 minutos)		

- Explicar a los docentes las diferentes formas en que las familias pueden contribuir a la prevención del acoso escolar, incluyendo:
 - **Crear un ambiente familiar positivo y seguro:** Fomentar la comunicación abierta, el respeto mutuo y la resolución pacífica de conflictos en el hogar.
 - **Hablar con sus hijos sobre el acoso escolar:** Informarles sobre qué es el acoso escolar, cómo identificarlo y qué hacer si lo sufren o lo presencian.
 - **Estar atentos a las señales de que su hijo o hija podría estar siendo víctima de acoso escolar:** Cambios en el estado de ánimo, rendimiento académico, hábitos de sueño o alimentación, etc.
 - **Colaborar con la escuela:** Mantener una comunicación fluida con los docentes y el equipo directivo del centro educativo, y participar en las iniciativas de prevención del acoso escolar que se lleven a cabo.
- Resaltar la importancia de que las familias se impliquen de manera positiva y constructiva en la prevención del acoso escolar, evitando actitudes de sobreprotección o victimización.

3. Estrategias para la colaboración entre la escuela y las familias (20 minutos)

- Realizar Brainstorming para conocer sus ideas sobre estrategias de colaboración con las familias.
- Presentar a los docentes diferentes estrategias para fomentar la colaboración entre la escuela y las familias en la prevención del acoso escolar, incluyendo:
 - **Reuniones informativas para padres:** Organizar reuniones periódicas para informar a las familias sobre el acoso escolar, las medidas

de prevención que se están llevando a cabo en la escuela y cómo pueden colaborar.

- **Talleres para padres:** Impartir talleres sobre temas relacionados con el acoso escolar, como la comunicación con los hijos, la resolución de conflictos o el ciberbullying.
- **Canales de comunicación efectivos:** Establecer canales de comunicación fluidos entre la escuela y las familias, como correo electrónico, teléfono o página web.
- **Programas de tutoría:** Implementar programas de tutoría que fomenten la interacción entre los docentes, las familias y los estudiantes.
- Enfatizar la importancia de crear un clima de confianza y colaboración entre la escuela y las familias, donde ambas partes se sientan cómodas para comunicarse y trabajar juntas para prevenir el acoso escolar.

4. Recursos para docentes y familias (10 minutos)

- Presentar a los docentes diferentes recursos que pueden ser utilizados para apoyar la implicación de las familias en la prevención del acoso escolar, incluyendo:
 - **Folleto informativo**
 - **Páginas web:** Páginas web de organizaciones que trabajan en la prevención del acoso escolar, como el Ministerio de Educación o entidades sin ánimo de lucro.
 - **Materiales audiovisuales:** Videos y presentaciones sobre el acoso escolar y la implicación de las familias.
 - **Programas de formación**

5. Preparación de material para la familia (45 minutos)

- Se dividirá a los docentes en grupos de 5.
- Mediante el uso de ordenadores y plataformas virtuales como “Canva” o “Genially” realizarán folleto u otro

	<p>material audiovisual sobre información relacionada con acoso escolar dirigido a las familias.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Expondrán a sus compañeros el trabajo realizado.
EVALUACIÓN	<p>Evaluación de la participación de cada docente en la actividad propuesta mediante rúbrica. Evaluación de la exposición grupal mediante rúbrica. Valoración de los docentes (formador y formación).</p>

Nuestra propuesta, enriquecida con los hallazgos de la investigación, se centra en la comprensión profunda de los distintos perfiles involucrados en el acoso, tanto de las víctimas como de los acosadores. Esto nos permite diseñar estrategias de prevención y atención personalizadas que se adaptan a las necesidades específicas de cada caso. Además, abordamos los diferentes tipos de acoso, desde el físico y verbal hasta el social y cibernético, asegurando una respuesta integral a las diversas manifestaciones del problema.

También se hace imprescindible contar con la formación del profesorado en inteligencia emocional y resolución de conflictos, ya que, tras la revisión de la bibliografía, ha sido uno de los puntos clave en la disminución del acoso escolar.

En definitiva, nuestra propuesta, basada en un análisis riguroso de la bibliografía existente, ofrece un enfoque integral y completo para la prevención y el abordaje del acoso escolar desde la intervención directa en formación al profesorado.

5. Conclusiones

Los resultados de los artículos revisados muestran que en España existe una elevada incidencia de acoso escolar en las aulas de la ESO, lo cual tiene graves repercusiones sobre toda la comunidad educativa.

Resultan necesarias estrategias y materiales de intervención y prevención centradas en este fenómeno para mejorarlo. Es por ello que la propuesta del presente trabajo se basa en la formación al profesorado, tanto en materia para el reconocimiento de acosadores, víctimas y tipo de acoso, como en la formación y dominio de la inteligencia emocional, ya que investigaciones como la de Bisquerra (2014) y Pérez-Carbonell et al. (2016) ponen de manifiesto que invertir en formación y desarrollo de las competencias emocionales tiene efectos altamente positivos en múltiples situaciones; por ejemplo, contribuye a mejorar las relaciones interpersonales, a resolver de forma eficaz situaciones de conflicto, así como afrontar de manera deseable los retos de la vida y a una mejor gestión emocional. Creemos que el maltrato entre iguales debe abordarse en el marco de la

educación para la convivencia, del desarrollo de la competencia personal y social y del clima de relaciones interpersonales.

Aunque en muchos de los programas existentes se observa un gran número de intervenciones en el alumnado para trabajar el tema del acoso escolar, pocas se aplican al profesorado, quién tiene un papel protagonista en el aula. En este trabajo, intentamos crear un programa de formación para el profesorado que se pueda aplicar en cualquier centro escolar de educación secundaria; siguiendo las recomendaciones de autores como Pérez-Carbonell et al. (2016); Carney & Merrell (2001); Carpio & Tejero (2012) o Garaigordobil (2010).

5.1. Limitaciones y futuras líneas de investigación

Si bien la literatura sobre el acoso escolar en España ha crecido considerablemente en los últimos años, existen algunas limitaciones importantes que hemos encontrado durante nuestra búsqueda, como la falta de representatividad nacional. La mayoría de los estudios se centran en regiones o comunidades específicas, lo que significa que sus resultados no necesariamente reflejan la situación del acoso escolar en todo el país. Además, existe una carencia de estudios recientes sobre formación del profesorado; la cantidad de artículos publicados sobre la formación del profesorado en materia de acoso escolar durante los últimos 10 años es relativamente escasa. Esto podría indicar una brecha en la investigación en este ámbito crucial para la prevención y el abordaje del problema.

Es importante tener en cuenta estas limitaciones al utilizar la literatura sobre el acoso escolar en España para informar políticas, prácticas y programas de intervención. Se necesitan investigaciones más amplias y representativas que abarquen todo el territorio nacional y que se actualicen periódicamente para reflejar los últimos avances en la comprensión del acoso escolar y las estrategias de intervención más efectivas.

Una de las limitaciones que puede presentar nuestro programa es que la duración puede resultar breve. Podría ampliarse las horas de formación contando con sesiones realizadas por otros especialistas o realizándola durante un periodo más extenso del curso escolar (aunque primero deberán evaluarse los resultados del programa una vez aplicado).

En futuras investigaciones se podría incluir la práctica con realidad virtual. Por ejemplo, existen juegos de roles en entornos virtuales, Berra et al. (2018) que promueven la simulación mental de eventos sociales, promoviendo la empatía. De este modo se podrían practicar los comportamientos sociales en un entorno seguro en el que estarían disponibles todas las repeticiones necesarias.

Aunque nuestro programa estaría enfocado a trabajar con estudiantes de niveles de ESO (>12 años), esto no sustituiría en ningún momento la necesidad que existe de crear programas de prevención en las primeras edades escolares que favorezcan el desarrollo de habilidades de interacción social, así como programas de intervención más específicos



dirigidos a todos los miembros de la comunidad educativa como proponen Sánchez & Cerezo (2013). Con todo esto, lograríamos ir un paso más adelante y tener la oportunidad de prevenir de forma temprana gran parte del acoso entre iguales, ya que, como expone Bisquerra (2014), se ha demostrado que la intervención contra el acoso es más eficaz si se inicia en las escuelas de Infantil y Primaria que si se inicia en los centros de Secundaria.



6. Referencias bibliográficas

- Álvarez, D., Álvarez, L., & Núñez, J. C. (2007). *Aprende a resolver conflictos*. Madrid: CEPE.
- Álvarez, D., Álvarez, L., Núñez, J. C., Rodríguez, C., González, J. A., & González, P. (2009). Efectos sobre la conflictividad escolar de un programa de educación en resolución de conflictos en tutoría. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 9(2), 189-204.
- Antoñanzas, J. L., Ayllón Negrillo, E., Moyano, N., & Cano, J. (2022). School factors associated with perpetrators and victims of direct and indirect bullying among adolescents. *Universitas Psychologica [Edición Electrónica]*, 21, 1-14. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy21.sfap>
- Ballesteros Barrado, B. (2017). Teléfono ANAR: la herramienta de prevención, detección e intervención frente al acoso escolar y el cyberbullying en España. *Revista de Estudios de Juventud [Edición Electrónica]*, 115, 239-258.
- Berra, E., Castañeda, J., Muñoz, S., Vega, Zaira & Duran, X. (2018) Simulador Virtual para Acoso Escolar en Niños y Adolescentes: Un Estudio Piloto en México. *Hamut'ay*, 5 (1), 7-16. <http://dx.doi.org/10.21503/hamu.v5i1.1517>
- Bisquerra, R. (2014). Hacia una pedagogía de la interioridad. *Educación emocional e interioridad*. En L. López, Maestros del corazón. (pp. 223-250). Wolters Kluwer
- Bonet Morro, A., Alguacil Jiménez, M., Escamilla Fajardo, P., Pérez Campos, C., & Aguado, S. (2021). Estudio comparativo de género sobre el acoso escolar: estrategias y acciones. *Retos. Nuevas Tendencias En Deporte, Educación Física y Recreación [Edición Electrónica]*, 44, 45-52. <https://doi.org/10.47197/retos.v44i0.88111>
- Caballo, V. E., Arias, B., Calderero, M., Salazar, I. C., & Irurtia, M. J. (2011). Acoso escolar y ansiedad social en niños (I): análisis de su relación y desarrollo de nuevos instrumentos de evaluación. *Psicología Conductual = Behavioral Psychology: Revista Internacional de Psicología Clínica y de la Salud*, 19(3), 591-609. https://www.researchgate.net/profile/Vicente_Caballo/publication/230704471_Bullying_and_social_anxiety_in_children_%28I%29_analyzing_their_relationship_and_developing_new_self-report_assessment_measures__Acoso_escolar_y_ansiedad_social_en_nios_%28I%29_analisis_de_su_relacin_y_desarrollo_de_nuevos_instrumentos_de_evaluacin/links/02e7e52c1cde50982d000000.pdf

- Carbonell, N. (2017). *Desarrollo de la inteligencia emocional a través de un programa de aula virtual como prevención del bullying en alumnos de educación secundaria obligatoria* (tesis doctoral). Murcia, España: Universidad de Murcia.
- Carney, A. G., & Merrell, K. W. (2001). Bullying in schools: Perspectives on understanding and preventing an international problem. *School Psychology International*, 22(3), 364–382. <https://doi.org/10.1177/0143034301223011>
- Carpio, C., & Tejero, J. M. (2012). Eficacia de un programa para la prevención de la violencia en un centro de enseñanza secundaria. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 23(2), 123-138.
- Carretero Bermejo, R., & Nolasco Hernández, A. (2021). Acoso escolar y diversidad. Relación del acoso escolar con la percepción de normalidad en víctimas y agresores. *Revista de Educación. Madrid*, 392, 155–175. <https://doi.org/10.4438/1988-592X-RE-2021-392-482>
- Castañeda, L. y Adell, J. (Eds.) (2013) Entornos personales de aprendizaje: claves para el ecosistema educativo en red. Alcoy: Marfil. *Educación XXI: Revista de la Facultad de Educación*, 17(2), 388. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4716698>
- Debarbieux, E., & Blaya, C. (2009). Clima escolar i prevenció de la violència. *Educar*, 43(2009), 31-41. <https://doi.org/10.5565/rev/educar.120>
- Del Barrio, C., Barrios, Á., Granizo, L., Van der Meulen, K., Andrés, S., & Gutiérrez, H. (2011). Contribuyendo al bienestar emocional de los compañeros: evaluación del programa compañeros ayudantes en un instituto madrileño. *European Journal of Education and Psychology*, 4(1), 5-17. <http://dx.doi.org/10.30552/ejep.v4i1.62>
- Dragone, M., Esposito, C., De Angelis, G., & Bacchini, D. (2022). Equipping Youth to Think and Act Responsibly: The Effectiveness of the “EQUIP for Educators” Program on Youths’ Self-Serving Cognitive Distortions and School Bullying Perpetration. *European Journal Of Investigation In Health, Psychology And Education*, 12(7), 814-834. <https://doi.org/10.3390/ejihpe12070060>
- Estévez, E., Flores, E., Estévez, J. F., & Huéscar, E. (2019). Programas de intervención en acoso escolar y ciberacoso en educación secundaria con eficacia evaluada: una revisión



sistemática. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 51(3).
<https://doi.org/10.14349/rlp.2019.v51.n3.8>

Feijóo, S., Foody, M., O, H. N. J., Pichel, R., & Rial Boubeta, A. (2021). Cyberbullies, the cyberbullied, and problematic Internet use: some reasonable similarities. *Psicothema*, 33(2), 198–205. <https://doi.org/10.7334/psicothema2020.209>

Fundación ANAR. (2024, 18 abril). Fundación ANAR - Ayuda a Niños y Adolescentes en Riesgo. <https://www.anar.org/>

Garaigordobil, M. (2010a). Evaluación de los efectos de un programa de prevención de la violencia en factores cognitivos y conductuales desde la percepción subjetiva de los profesores y los adolescentes. *Anuario de Psicología Clínica y de la Salud*, 6, 35-43.

Garaigordobil, M. (2010b). Efectos del Programa “Dando pasos hacia la paz” sobre los factores cognitivos y conductuales de la violencia juvenil. *Behavioral Psychology / Psicología Conductual*, 18(2), 277-295.

Garaigordobil, M. (2017). Conducta antisocial: conexión con bullying/cyberbullying y estrategias de resolución de conflictos. *Psychosocial Intervention*, 26(1), 47-54. <http://dx.doi.org/10.1016/j.psi.2015.12.002>

Garaigordobil, M., & Martínez-Valderrey, V. (2014). Cyberprogram 2.0: efectos en la mejora de la conducta social durante la adolescencia. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 4(1), 577-587.

Garaigordobil, M., Martínez-Valderrey, V., Páez, D., & Cardozo, G. (2015). Bullying y cyberbullying: Diferencias entre colegios públicos-privados y religiosos-laicos = Bullying and cyberbullying: Differences between public-private and religious-secular schools. *Pensamiento Psicológico*, 13(1), 39–52. <https://doi.org/10.11144/Javerianacali.PPSI13-1.bcdc>

García, D. Á., Pérez, L. Á., González, G. F., Castro, P. G., García, J. A. G., Vázquez, L. G., & Pérez, J. C. N. (2007). *Aprende a resolver conflictos : programa para mejorar la convivencia escolar*. <http://redined.mecd.gob.es/xmlui/handle/11162/61667>

García, L., Quintana-Orts, C., & Rey Peña, L. (2020). Cibervictimización y satisfacción vital en adolescentes: la inteligencia emocional como variable mediadora. *Revista de Psicología Clínica Con Niños y Adolescentes RPCNA*, 7(1), 38–45.

- Ibarrola, M. E., & Iriarte, M. J. (2014). Formación para la convivencia y en competencias docentes socioemocionales. *Bilbao: Ediciones SM*.
- Iriarte, M. J., Mora-Moreno, C., & López-Sáez, M. (2010). Acoso y ciberacoso escolar: análisis, prevención e intervención. *Madrid: Pirámide*.
- Jaramillo, R. A. A. (2019). Habitación de la violencia escolar: caso de una escuela de educación general básica. *Revista Científica Hallazgos* 21, 4(2), 150-163. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7148229.pdf>
- Larrain, E., & Garaigordobil, M. (2020). El bullying en el País Vasco: prevalencia y diferencias en función del sexo y la orientación sexual. *Clínica y Salud*, 31(3), 147–153. <https://doi.org/10.5093/clysa2020a19>
- León del Barco, B., Felipe Castaño, E., Polo del Río, M. I., & Fajardo Bullón, F. (2015). Aceptación-rechazo parental y perfiles de victimización y agresión en situaciones de bullying. *Anales de Psicología*, 31(2), 600–606. <https://doi.org/10.6018/analesps.31.2.156391>
- López-Sáez, M. A., Iriarte, M. J., & Mora-Moreno, C. (2012). La formación del profesorado frente al acoso escolar: un análisis de las necesidades y expectativas. *Revista de Educación*, 367(2), 373-393.
- Lucas Molina, B., Pérez Albéniz, A., Solbes Canales, I., Ortuño Sierra, J., & Fonseca Pedrero, E. (2022). Bullying, cyberbullying and mental health: the role of student connectedness as a school protective factor. *Psychosocial Intervention / Intervención Psicosocial*, 31(1), 33–41. <https://doi.org/10.5093/pi2022a1>
- Méndez, I., & Cerezo, F. (2010). Bullying y factores de riesgo para la salud en estudiantes de secundaria. *European Journal of Education and Psychology*, 3(2), 209-218.
- Olweus, Dan (1993). *Bullying at school : what we know and what we can do*. Malden, MA: Wiley. ISBN 0-631-19241-7. OCLC 28257152.
- Pérez-Carbonell, A., Ramos-Santana, G., & Serrano Sobrino, M. (2016). Formación del profesorado de educación secundaria obligatoria para la prevención e intervención en acoso escolar. Algunos indicadores. *EDUCAR*, 52(1), 51–70. <https://doi.org/publicaciones.umh.es/10.5565/rev/educar.716>



- Romera Félix, E. M., Luque-González, R., García-Fernández, C. M., & Ortega Ruiz, R. (2022). Competencia social y bullying: el papel de la edad y el sexo. *Educación XXI*, 25(1), 309–333. <https://doi.org/10.5944/educxx1.30461>
- Ruiz Narezo, M., Santibáñez Gruber, R., & Laespada Martínez, T. (2020). Acoso escolar: adolescentes víctimas y agresores. La implicación en ciclos de violencia. *Bordón*, 72(1), 117–132. <https://doi.org/10.13042/Bordon.2020.71909>
- Sánchez, M. J., & Cerezo, M. (2011). Las emociones en la escuela: propuestas para el desarrollo de la competencia emocional en el profesorado. *Madrid: Wolters Kluwer*.
- Save the Children. (s. f.). *Save The Children*. <https://www.savethechildren.es/>
- Torrego Seijo, J. C., Lorenzo Llamas, E. M., Silva Lorente, I., Bueno Villaverde, Á., Herrero Marcos, R., Hontañón González, B., & Monge López, C. (2023, 5 mayo). ESTUDIO ESTATAL SOBRE LA CONVIVENCIA ESCOLAR EN CENTROS DE EDUCACIÓN PRIMARIA. *Ministerio de Educación y Formación Profesional*. <https://www.educacionfpydeportes.gob.es/dam/jcr:f3070940-540d-4ea9-b85a-8f9fcc301c1b/estudio-estatal-sobre-la-convivencia-escolar-en-centros-de-educacion-primaria-vf.pdf>
- Villanueva, L., Guiral, I. U., & Serrano, J. E. A. (2022). ¿Son eficaces para disminuir el acoso escolar los programas de alumno mediador de reciente implantación? *Informació Psicològica*, 63-76. <https://doi.org/10.14635/ipsic.1899>
- Wolfe, D. A. (2006). Preventing violence in relationships: Psychological science addressing complex social issues. *Canadian Psychology / Psychologie canadienne*, 47(1), 44–50. <https://doi.org/10.1037/h0087043>

7. Anexos

Anexo I

Tabla II. Rúbrica de participación

	SÍ	NO
Asiste puntualmente a las actividades		
Participa activamente en las discusiones		
Demuestra interés y compromiso en las actividades		
Contribuye a exposición de ideas relevantes		
Respeto las opiniones de sus compañeros/as		
Aplica los conceptos aprendidos en la sesión		
Realiza las tareas asignadas de forma completa y a tiempo		
Colabora de manera efectiva con sus compañeros/as		
Muestra una actitud positiva y constructiva en todas las actividades		

La información contenida en Rúbrica fue planteada por edutekaLab, a partir del modelo ChatGPT 3.5 (OpenAI).

Anexo II

Tabla 12. Rúbrica de exposición grupal

CRITERIO	DESCRIPCIÓN	PUNTUACIÓN				
		1	2	3	4	5
Conocimiento del tema	El grupo demuestra un entendimiento profundo del tema, presentando información relevante y precisa.					
Estructura de la exposición	El grupo organiza la presentación de manera lógica y coherente, utilizando un esquema claro y secuencial.					
Comunicación verbal	Los miembros del grupo se expresan claramente, utilizando un lenguaje adecuado y mantienen una comunicación fluida.					
Comunicación no verbal	El grupo utiliza gestos, postura y contacto visual adecuados para transmitir el mensaje de manera efectiva.					
Manejo del tiempo	El grupo logra ajustarse al tiempo asignado, evitando excederse o quedarse corto en la presentación.					

1. Muy pobre, 2. Pobre, 3. Regular, 4. Bueno, 5. Excelente

La información contenida en Rúbrica fue planteada por edutekaLab, a partir del modelo ChatGPT 3.5 (OpenAI).

Anexo III

Tabla 13. Rúbrica de evaluación del formador

APECTOS A EVALUAR	EXCELENTE	BUENO	BAJO
Conocimiento del tema	Demuestra un conocimiento profundo y preciso del tema. Puede responder preguntas y explicar conceptos de manera clara y convincente.	Tiene un conocimiento sólido del tema, pero puede haber algunas lagunas en su comprensión. Puede responder preguntas de manera adecuada, aunque puede requerir más elaboración en sus explicaciones.	Muestra un conocimiento básico del tema, pero tiene dificultad para responder preguntas o explicar conceptos de manera clara.
Habilidades de facilitación	Facilita la participación activa de los estudiantes, fomenta el diálogo y la reflexión, y utiliza estrategias efectivas para involucrar a todos los participantes.	Facilita en su mayoría la participación de los estudiantes, pero puede haber momentos en los que no logra involucrar a todos los participantes o utilizar estrategias efectivas.	Tiene dificultades para facilitar la participación de los estudiantes y para fomentar el diálogo y la reflexión.
Organización y estructura	Presenta el contenido de manera clara y organizada, utilizando una estructura lógica que facilita la comprensión. La presentación es atractiva y utiliza recursos visuales de manera efectiva.	La presentación del contenido es en su mayoría clara y organizada, pero puede haber momentos en los que la estructura no sea del todo lógica o la presentación no sea muy atractiva. Utiliza algunos recursos visuales de manera efectiva.	La presentación del contenido es confusa y desorganizada, lo que dificulta la comprensión. No utiliza recursos visuales o los utiliza de manera poco efectiva.
Evaluación de aprendizaje	Utiliza estrategias efectivas para evaluar el aprendizaje de los estudiantes, como preguntas reflexivas, actividades prácticas	Utiliza algunas estrategias para evaluar el aprendizaje de los estudiantes, pero puede haber momentos en los que	Tiene dificultades para evaluar el aprendizaje de los estudiantes de manera efectiva. La evaluación puede ser



	o retroalimentación personalizada. La evaluación es justa y basada en criterios claros.	no sean del todo efectivas. La evaluación es en su mayoría justa y basada en criterios claros.	injusta o no estar basada en criterios claros.
--	---	--	--

La información contenida en Rúbrica fue planteada por edutekaLab, a partir del modelo ChatGPT 3.5 (OpenAI).

