

Cartilla para el abordaje del Bullying en el aula

**Prevención e
Intervención
del acoso escolar**

**a
1^a
Edición**



Cartilla para el abordaje del Bullying en el aula

Primera Edición

Desarrollo de contenido y diseño

Monica Patricia Gómez Jaimes

Psicóloga de la Universidad Abierta y A Distancia
UNAD

co-autor:

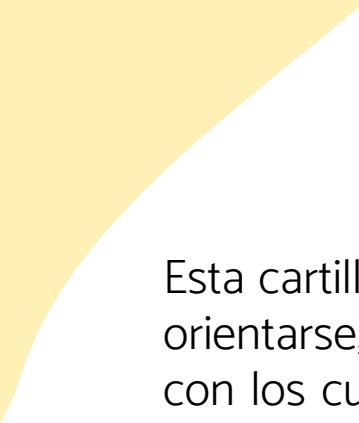
Andrea Catalina Caselles Navarro

Compiladores:

Leidy Viviana Morales
Jonathan Montes Avila
Juan Carlos Miraval Ossa
Melissa del Carmen Martínez cortina



Aguachica-Cesar, Colombia
2024



Esta cartilla está diseñada para que **los docentes** puedan guiarse y orientarse, encontrar información, herramientas y recursos valiosos con los cuales puedan abordar la problemática del Bullying y a su vez puedan construir un espacio para la reflexión en el ámbito escolar sobre la convivencia entre los estudiantes.

Abordar el fenómeno del bullying desde una perspectiva que promueva la convivencia escolar permite fortalecer una cultura de paz y democracia en el ambiente educativo. Considerar al “otro” como un “igual o semejante” implica reconocer las diferencias, fomentar el respeto y afirmar la igualdad de derechos. Todos los niños y niñas tienen el derecho de crecer y desarrollarse en un entorno escolar seguro, libre de cualquier tipo de violencia, donde prevalezca el respeto mutuo, la inclusión y el diálogo como medio para resolver conflictos, asumiendo la responsabilidad de proteger tanto la integridad física como psicológica de los estudiantes.

En síntesis, esta guía está diseñada para equipar a la comunidad educativa con las herramientas esenciales para promover la sensibilización mediante la educación, el diálogo, la empatía y la tolerancia. A través de estrategias prácticas, se ofrecen directrices encaminadas a mitigar la problemática del acoso escolar, garantizando que los niños y niñas puedan disfrutar de su derecho a aprender en un entorno seguro y exento de violencia.



La creación de esta cartilla se fundamentó en varias fuentes bibliográficas. Entre ellas, se destaca la guía práctica "Basta de Bullying, no te quedes callado", una iniciativa impulsada por Cartoon Network, Plan Internacional, World Vision, las Secretarías de Educación del Distrito Federal de México y del Estado de São Paulo, Brasil, y la Organización de Estados Iberoamericanos para la Educación, la Ciencia y la Cultura (OEI). Esta guía ofrece una variedad de carpetas y recursos valiosos para la identificación, prevención y manejo del acoso escolar.



¿Qué es el Bullying?



El Bullying es:

El bullying, conocido también como acoso escolar, se manifiesta a través de comportamientos violentos, ofensivos e intimidantes de una persona hacia otra. Este comportamiento incluye maltrato físico, verbal o psicológico que se repite de manera constante, causando daño significativo a la víctima.



El bullying es una conducta recurrente y prolongada que tiene como objetivo dañar o humillar a la persona afectada. Este fenómeno impacta a toda la comunidad educativa y no debe ser visto como una broma inocente; Se trata de una manifestación de violencia inaceptable.

En otras palabras , el bullying ocurre cuando un niño, niña o adolescente realiza o dice cosas con la intención de dañar a un compañero que no puede defenderse fácilmente. Este comportamiento agresivo y repetitivo entre iguales implica acciones negativas y no deseadas a lo largo del tiempo, caracterizándose por un desequilibrio de poder o fuerza entre los involucrados (Olweus, 1998).

¿Cuáles Son los actores del Bullying?



Actores:

Dentro del Bullying se asumen distintos roles, entre los cuales se encuentran:

● Víctimas:



Estos estudiantes suelen mostrar niveles más elevados de ansiedad e inseguridad en comparación con otros. Generalmente, se caracterizan por ser reservados, sensibles y tranquilos. Frente a situaciones percibidas como hostiles, su respuesta más común es retirarse y manifestar sus emociones a través del llanto. Frecuentemente, tienen una autoimagen deteriorada y una visión pesimista tanto de su propia persona como de los desafíos que enfrentan (Farez y Trujillo, 2013).

● Agresor:

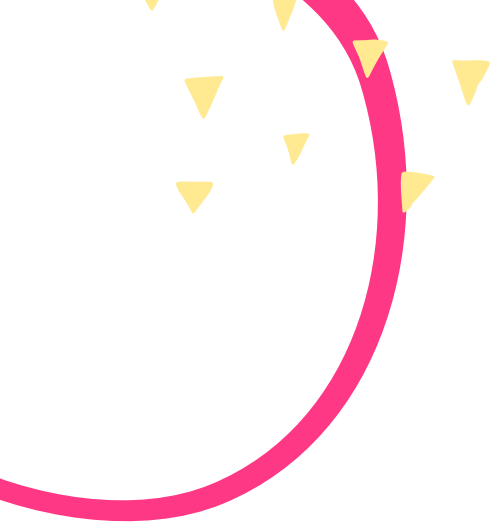
Se distingue por su comportamiento agresivo hacia sus compañeros, mostrando una tendencia más marcada hacia la violencia. Es común que actúe de manera impulsiva y sienta la necesidad de dominar a los demás. En resumen, el agresor es quien perpetra acciones de bullying de forma intencional y repetida.



● Observador o testigo:

Es quien se da cuenta del Bullying hacia la víctima. Existen tres tipos de observadores, el pasivo quien solo ve las agresiones sin hacer algo al respecto, el animador quien apoya al agresor para que continúe haciéndole daño a la víctima, y el activo quien interviene o ayuda de alguna manera para que se detenga la agresión.





Principales Causas del Bullying



Causas :

Las razones detrás del bullying o acoso escolar son variadas y, en la mayoría de los casos, difíciles de desentrañar. Este fenómeno puede surgir en cualquier entorno educativo, ya sea en instituciones públicas o privadas. Por lo tanto, es fundamental que las escuelas no se limiten únicamente a la instrucción académica, sino que también fomenten el desarrollo de la inteligencia emocional y promuevan valores prosociales que impulsen comportamientos positivos entre los estudiantes. En general, “el acoso escolar es una situación de violencia en donde el niño actúa de forma agresiva, esta violencia no es innata en el niño sino adquirida, puesto que en su constante relación con los demás adquiere formas de comportarse, es decir el niño imita comportamientos que vive o que ve constantemente de las personas más cercanas a él” (Farez y Trujillo, 2013).

De este modo, los factores que originan el acoso en los entornos escolares generalmente están vinculados al ámbito personal, familiar y educativo. No obstante, en este caso, nos enfocaremos especialmente en dos de estos aspectos:



El **ámbito personal** podría estar relacionado con la superioridad que puede sentir el acosador, además que puede estar respaldado por más atacantes, frente al complejo de inferioridad del acosado y su escasa capacidad de responder frente a las agresiones o intimidaciones (González, 2019).



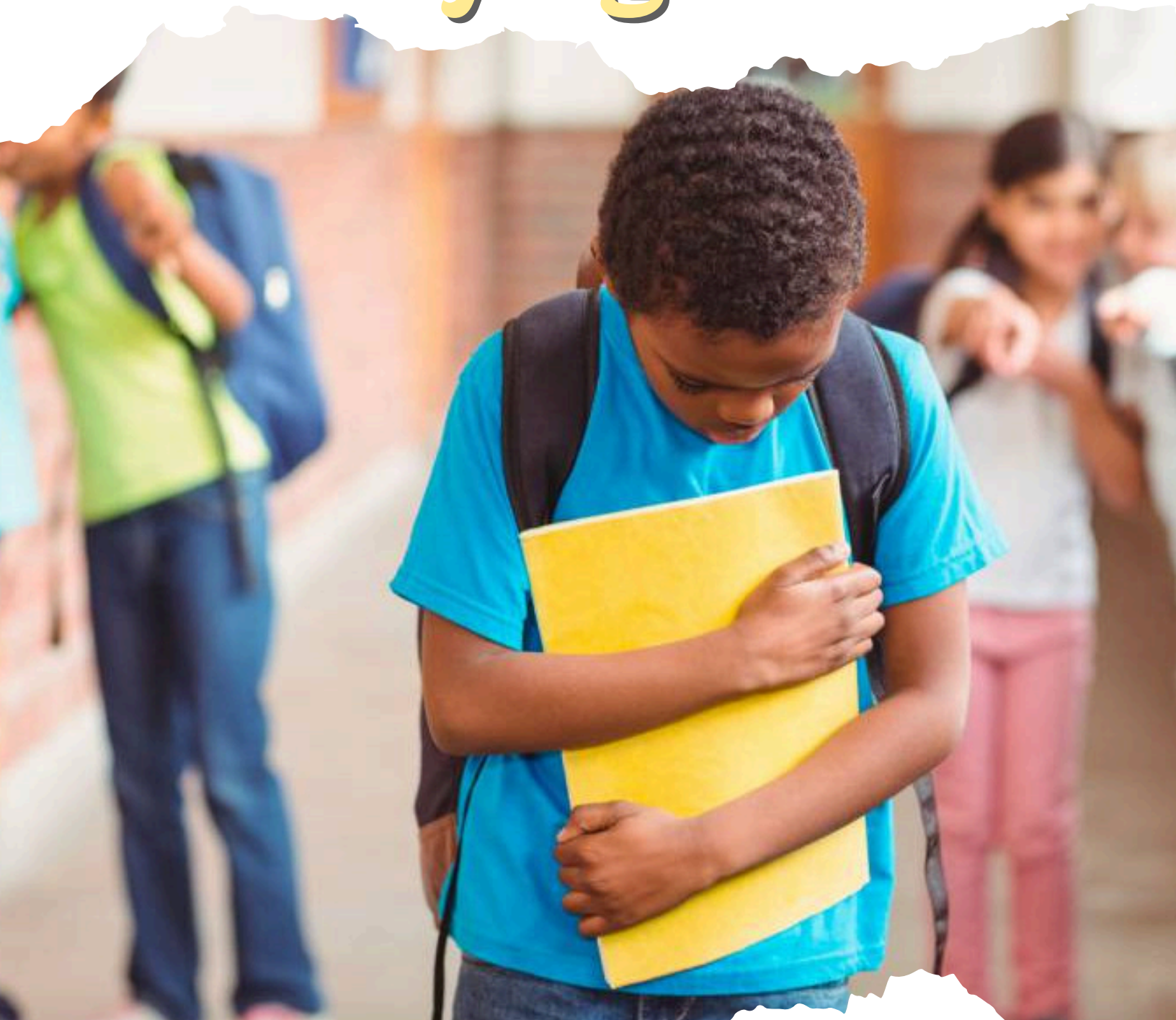
En cuanto al **entorno escolar** existen dos aspectos que pueden favorecer la aparición del acoso escolar, la primera es la amplitud del centro ya que existe una menor supervisión y control, Por último, los medios de comunicación podrían también ser causantes de situaciones agresivas entre niños/as y adolescentes por su amplio contenido violento generando en ellos/as comportamiento indebidos adoptados posteriormente en los centros escolares .



En resumen, las causas del bullying pueden estar vinculadas a los modelos educativos que los niños, niñas y adolescentes reciben, ya que estos actúan como referentes. Además, la falta de valores, límites claros y normas de convivencia, junto con la exposición a castigos que incluyen violencia física, psicológica o intimidación, también influyen. Aprender a resolver conflictos mediante la violencia en el entorno familiar contribuye igualmente a este problema.



¿Qué tipos de bullying existen?



tipos de acoso escolar o bullying:

Existen seis tipos de bullying. A continuación, se describen las diferentes formas en que este fenómeno puede manifestarse en el entorno escolar hacia un menor:

Bullying Verbal:



Se caracteriza por el empleo de palabras ofensivas, insultos, amenazas, actos de intimidación y comentarios discriminatorios, a menudo enfocados en aspectos como la apariencia física, la orientación sexual, la etnia, la raza o alguna discapacidad de la persona afectada (García, 2021)

Ejemplo: Cuando un niño dice a otro niño:
"Eres muy, muy gordo, y tu madre también".

Bullying Físico:



Se caracteriza por conductas agresivas, violentas y de intimidación por parte del agresor, las cuales pueden manifestarse a través de patadas, burlas, apodos, golpes, pellizcos, bloqueos o empujones. Esta es la forma de bullying más comúnmente identificada.

Ejemplo: : Un niño es intimidado por otro niño que le baja los pantalones en el recreo o le golpea

Bullying indirecto:



Es una forma de Bullying en la que se le hace daño al otro a escondidas quitándole, escondiéndole o dañando sus cosas, o ponerle los objetos personales de otros para acusarle de haberlas tomado (García, 2021).

Ejemplo: cuando se le esconde la cartuchera aun compañero en el bolso de otro para que lo acusen o regañen.

Bullying Social:



Implica aislar a la víctima de su círculo de amigos o compañeros mediante la difusión de rumores y acciones que fomentan su exclusión o ignorancia. La persona afectada es discriminada, se le niega la participación en actividades grupales y es tratada de forma injusta.

Ejemplo: Un grupo de niños siempre excluyen a otro de jugar la tratan como si fuese invisible.

Bullying Psicológico:

Este tipo de acoso afecta directamente la autoestima de la víctima y refuerza sus miedos y temores. Se caracteriza por la intimidación continua y repetida, el chantaje, la manipulación, la persecución o las amenazas que el agresor ejerce sobre la víctima.



Bullying Sexual:



Este tipo de acoso escolar se caracteriza por expresiones sexistas u ofensivas, contacto inapropiado o coerción para obligar a la víctima a realizar actos contra su voluntad. Esta variante de bullying puede causar graves consecuencias psicológicas y dejar una huella profunda en las futuras relaciones afectivas e íntimas de la persona afectada (García, 2021).

Ejemplo: Un niño de la clase fuerza a una niña a besarlo repetidamente..

Cyberbullying::



Este tipo de acoso se manifiesta mediante el empleo de tecnologías de la información y la comunicación, tales como plataformas de redes sociales, mensajes de texto o correos electrónicos. Mediante estos canales digitales, el acosador se dedica a propagar falsedades, rumores y comentarios de índole racista, generando un malestar profundo que impacta de manera considerable el bienestar emocional y psicológico de la víctima.

Ejemplo: Cuando un chico público en las redes sociales imágenes desagradables del otro, amenaza e intimida.

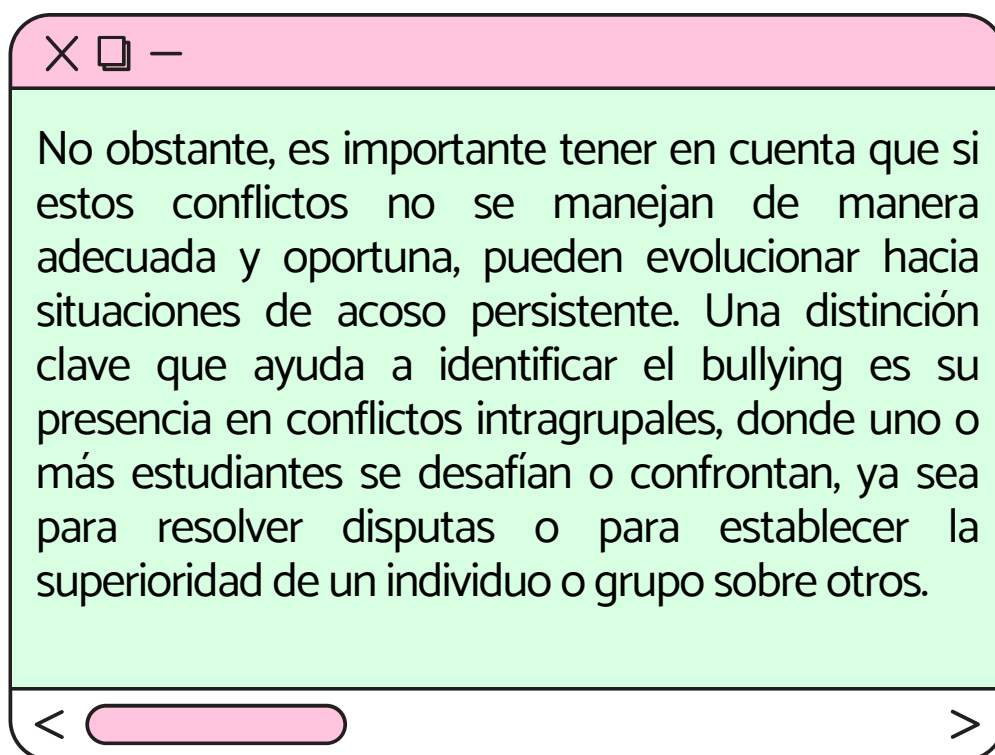
¿Todo conflicto
o agresión entre
pares **es bullying**?



¿Toda forma de agresión puede considerarse bullying?

Es fundamental distinguir el bullying, o acoso escolar, de otras formas de agresión ocasional, como las bromas pesadas, los juegos bruscos o las peleas que pueden surgir entre compañeros en el entorno educativo.

Es fundamental entender que en las relaciones entre iguales pueden aparecer conflictos y situaciones de maltrato que no siempre representan acoso escolar. Las peleas, los desacuerdos entre compañeros y el uso de un lenguaje inapropiado son fenómenos comunes en todas las comunidades infantiles. No obstante, estos comportamientos deben ser gestionados adecuadamente en el entorno escolar y no deben ser considerados como formas aceptables de interacción (Cartoon Network y Plan Internacional, 2013).





Lo que distingue a estas situaciones del acoso es la igualdad de condiciones, físicas o psicológicas, entre los grupos en disputa. En el acoso escolar o bullying, hay una desigualdad entre el o los acosadores y el acosado, quien no encuentra la manera de defenderse y se somete al poder, burlas, humillaciones de la contraparte.

A pesar de que estas manifestaciones de violencia son distintas, ambas demandan una atención e intervención primaria y apropiada, tanto por parte de los educadores como de la familia del menor.

Con el fin de diferenciar entre casos de hostigamiento y aquellos que no lo son, a continuación se expone una lista de rasgos esenciales para identificar un caso de acoso:

1

El bullying se caracteriza por la agresión intencional, ya sea física, verbal o virtual, con el objetivo de causar daño deliberado a la víctima.

2

El bullying se caracteriza por un desequilibrio en las dinámicas de poder entre el acosador y la víctima, donde el agresor es considerado más fuerte, ya sea de forma objetiva o subjetiva. Esta desigualdad puede manifestarse en aspectos físicos, psicológicos o sociales, lo que provoca una alteración en la dinámica de las relaciones interpersonales (Cartoon Network y Plan Internacional, 2013)

3

El bullying se distingue también por la repetición de la agresión a lo largo del tiempo. El agresor ataca de manera continua a la misma víctima, sin una razón aparente, perpetuando así el acoso.

Bullying

Un Problema que no Podemos Ignorar



Motivos por los cuales el Bullying constituye un Problema:

Genera malestar y perjuicios para todos los involucrados, no solo para la persona agredida, sino también para todos los niños y niñas que forman parte de esta problemática. Tanto quienes son acosados como quienes acosan, así como aquellos que son testigos y no intervienen, experimentan efectos negativos.

En resumen, el acoso escolar implica una serie de consecuencias e impacto negativo a nivel personal, social y psicológico no solo para él o la acosada, sino también para el acosador y para los testigos del hecho.

Para tener en cuenta:

○○○

+

Los efectos psicológicos del bullying en los más pequeños son realmente preocupantes y alarmantes. Las consecuencias para la salud física y mental pueden perdurar a lo largo de toda la vida. Entre estos efectos se incluyen el estrés, la ansiedad, la depresión, las somatizaciones, el suicidio, así como problemas de socialización y adaptación al entorno social, entre otros.

A continuación, se describirán las consecuencias que experimentan cada uno de los actores involucrados en esta problemática:

Consecuencias y signos del Bullying

El que es acosado o víctima

Es el niño o la niña que se convierte en el objetivo de conductas molestas o de intimidación constante. Según Cartoon Network y Plan Internacional (2013), puede presentar los siguientes signos y consecuencias:

- Desconfianza en las interacciones sociales y en la capacidad para resolver los conflictos de manera pacífica.



- Autoestima deteriorada o percepción negativa de sí mismos.

- Baja en su rendimiento académico.

- Sentimientos de miedo

- Fobia social

- Sueños perturbadores e incapacidad para dormir.

- Tristeza profunda y estado de inquietud.

- Sentimientos de venganza.

- Sensación de impotencia ante la ausencia de apoyo y respuestas.

- Alteraciones en los hábitos alimenticios: pueden comer en exceso o muy poco.

- Normalización de ser agredido, humillado, menospreciado y discriminado.

- Desconfianza hacia los adultos debido a su inadecuada intervención.

Consecuencias y signos del Bullying

Testigo

Son niños y niñas que pertenecen al grupo en el que se produce el acoso. Aunque no intervienen directamente en la agresión, son testigos y, en ocasiones, reaccionan con un silencio que puede interpretarse como aceptación. En ciertos momentos, intentan poner fin al bullying, pero no siempre tienen claridad sobre cómo actuar o a quién acudir en busca de ayuda. En algunos casos, incluso pueden unirse a las agresiones.

Según Cartoon Network y Plan Internacional (2013) Basta de Bullying: No te quedes callado [este grupo puede sufrir consecuencias tales como:](#)

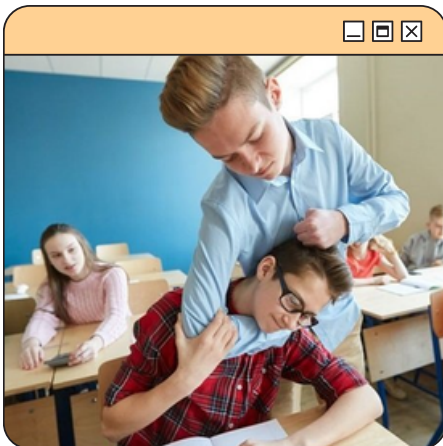
- Temor a experimentar situaciones similares.
- Evitar asistir a la escuela.
- Reducción en su desempeño académico.
- Adquirir un aprendizaje deficiente sobre cómo comportarse ante situaciones injustas.
- Quedar expuesto a modelos inadecuados de actuación.
- Naturalizar la discriminación, la desvalorización y el sufrimiento de otros niños y niñas.
- Desconfiar de los adultos debido a su intervención inapropiada.
- Desarrollar sentimientos de culpa por no ayudar
- Son propensos a replicar o repetir esas conductas violentas

Consecuencias y signos del Bullying

Agresor o el que acosa

Es la persona que, de manera intencionada, emplea la fuerza para acosar a otra persona, generalmente en presencia de sus compañeros. De esta manera, busca sentirse poderoso ante ellos, aunque intenta Esconder su comportamiento ante docentes y otros adultos. Este tipo de conducta puede ser un reflejo de necesidades emocionales insatisfechas, conflictos familiares o problemas que no han sido resueltos de manera adecuada.

Esto puede dar lugar a que:



- Adquirir una comprensión distorsionada de cómo conseguir lo que desea.
- Ver comprometido su rendimiento académico.
- Adquirir una actitud que sea precursora de una futura conducta delictiva.
- Lograr reconocimiento social y status dentro del grupo, basado en el poder y la violencia.
- Trasladar estas conductas a otros ámbitos.
- Naturalizar las actitudes violentas, discriminatorias, de otros.
- Ahondar en problemas emocionales o sociales que no se han abordado de forma adecuada.

¿Existen diferencias en el Bullying entre niños y niñas?

Es crucial considerar que el acoso escolar impacta tanto a niños como a niñas. Sin embargo, las manifestaciones del bullying tienden a variar entre géneros; es decir, las maneras en que se expresa el acoso difieren entre hombres y mujeres. Generalmente, las niñas son más susceptibles a sufrir agresiones verbales, siendo hostigadas mediante la propagación de rumores que las convierten en blanco de comentarios de carácter sexual. En contraste, los niños suelen optar por la violencia física como método para perpetrar el bullying. Sin embargo, todas estas modalidades de acoso causan daños significativos, tanto a nivel psicológico como físico.



¿Cómo intervenir

4

Cuando el bullying ocurre?

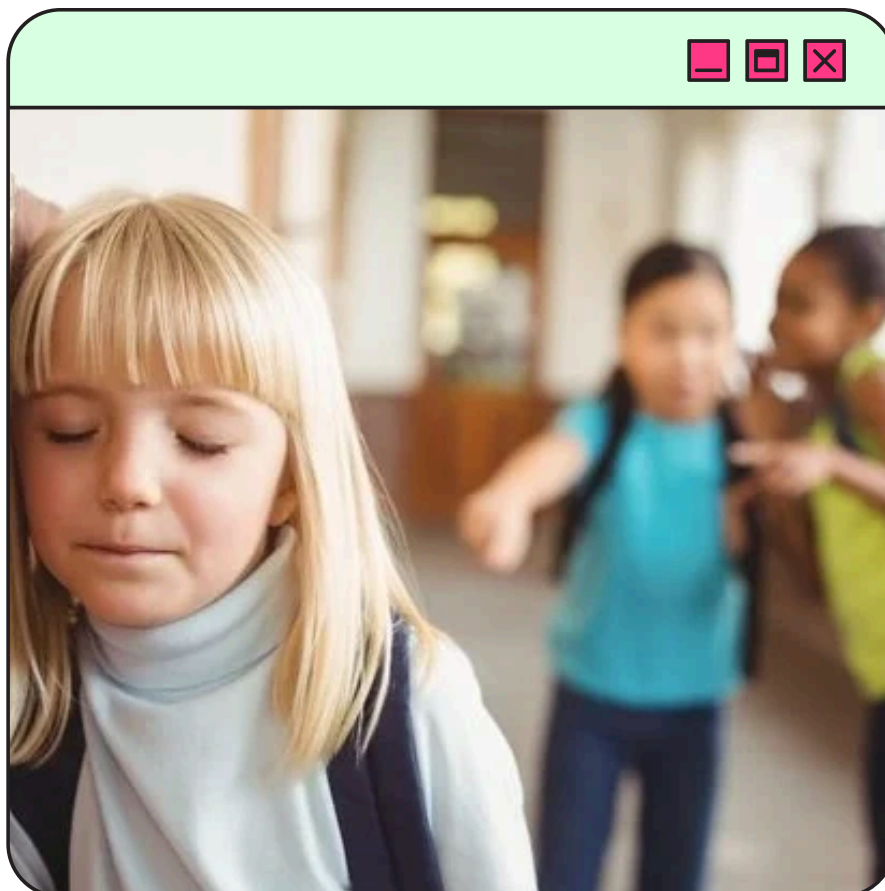


En esta sección, se sugiere que los docentes colaboran con los niños y niñas en la promoción de valores de convivencia y en la creación de entornos escolares que sean colaborativos y solidarios, donde las situaciones conflictivas puedan ser abordadas y resultados de manera pacífica y constructiva. De este modo, se fomentan nuevas formas de convivencia que sean democráticas, inclusivas y equitativas.

Las habilidades necesarias para lograr una convivencia armoniosa no deben ser impuestas a niños y niñas como una obligación, sino que deben enseñarse como un estilo de vida y una manera de relacionarse con los demás. Al trabajar con los niños desde los primeros grados, se les ofrece la oportunidad de aprender a responder ante la intolerancia y la provocación, gestionar la ira, proponer soluciones y buscar alternativas pacíficas. En resumen, se busca que puedan identificar las repercusiones negativas y devastadoras de la violencia y el maltrato, tanto para ellos mismos como para quienes les rodean (Cartoon Network y Plan Internacional, 2013).



**A continuaciòn, se
mencionan algunas
pautas y/o
recomendaciones
pràcticas para
detener el Bullying:**



En la escuela es fundamental establecer un protocolo de actuación al detectar un caso de bullying; no obstante, el primer paso consiste en garantizar la protección del estudiante que está siendo víctima de agresiones. Según la guía de Cartoon Network y Plan Internacional (2013), "Basta de Bullying: No te quedes callado", se presentan las siguientes recomendaciones prácticas y consejos para poner fin al bullying:

1

Escuche a los estudiantes: tome en serio cualquier comentario que le hagan sobre el bullying, especialmente si se refieren a incidentes específicos que ocurren dentro o fuera del centro educativo y que involucren a sus alumnos. Es fundamental abordar cada situación particular y tomar medidas correctivas para detener el problema. Es esencial abordar cada situación específica y tomar acciones correctivas para poner fin al problema. Ejercite su autoridad como docente para garantizar que se detengan las hostilidades dirigidas hacia cualquier niño o niña.

2

Si presencia un acto de acoso: detenga la agresión de inmediato. Colóquese entre los niños que acosan y aquellos que son víctimas de la intimidación, procurando, en lo posible, evitar el contacto visual entre ambos grupos. No separe a los niños, incluyendo a los testigos. Evite cuestionar inmediatamente sobre el motivo del incidente o indagar sobre los detalles en ese momento.

3

Hable sobre lo inaceptable que es molestar o intimidar: y refuerce las normas de convivencia de la escuela. Use un tono neutral para comentar sobre los comportamientos que ha observado o escuchado. Asegúrese de que los niños y niñas entiendan que acosar o intimidar no es aceptable y que va en contra de las normas escolares. Anímeles a reflexionar sobre sus acciones y a reconocer el daño que pueden provocar.

4

El docente debe estar presente tanto para la víctima como para los agresores: Todas las partes involucradas deben sentir que el docente está al tanto de la situación para asegurar que la violencia no se repita

5

Brinde apoyo al niño o niña que ha sido acosado: Haga sentir al menor respaldado y seguro de que no sufrirá represalias. Ayúdele a encontrar formas de expresar que no desea ser molestado y a buscar ayuda. Informe a otros docentes sobre lo sucedido.

6

Involucre a los testigos en la conversación: enfatice la importancia de buscar la ayuda de un docente u otro adulto y ofrezca orientación sobre cómo intervenir de manera apropiada o buscar apoyo en situaciones futuras. Aclare que pedir ayuda no equivale a delatar, sino que es un acto de solidaridad. Evite solicitar a los testigos que compartan públicamente lo que observaron.

7

El trabajo con el grupo debe orientarse a desmitificar la figura del agresor. Los niños y niñas que recurren a la violencia suelen tener necesidades insatisfechas. Por ello, es crucial escucharlos y comprenderlos para luego establecer límites desde la empatía y la justicia.

8

Aunque en algunos casos tanto la víctima como el agresor pueden requerir asistencia terapéutica formal, en muchas ocasiones, el apoyo psicosocial que puede brindar un consejero escolar es suficiente.

¿Qué trabajo preventivo los docentes pueden hacer en el aula?



Es primordial que los conflictos que se desarrollen entre compañeros se vinculen al trabajo de convivencia en el aula con la finalidad de transformar situaciones negativas en positivas propiciando un ambiente escolar armónico no solo para el aprendizaje sino también para la enseñanza, puesto que limitar la intervención solo cuando se presenta el conflicto o bullying es un grave error, por tanto se debe hacer una prevención de este y no solo en el momento cuando ocurre debido a que si se detecta en sus primeras etapas, tanto docentes como padres pueden actuar a tiempo para frenar los episodios de violencia. Por el contrario, si se identifica un acoso prolongado, resolver el problema requerirá más tiempo y esfuerzo por parte de todos los involucrados.

Por tal razón, se debe realizar una prevención a través de los programa de convivencia o bienestar escolar de cada institución. siendo esencial que las herramientas o estrategias se encaminen a fortalecer las habilidades emocionales y comunicativas de los alumnos, para que puedan evitar y afrontar los conflictos de forma mas pacifica y positiva.



**A continuación,
se mencionan
algunas
propuestas para
tener en cuenta:**



Cartoon Network y Plan Internacional (2013). Basta de Bullying: No te quedes callado, indica algunas propuestas que los docentes pueden desarrollar dentro del aula, las cuales son:

1

Proponga dinámicas de trabajo en grupo: El trabajo colaborativo promueve una dinámica diferente, donde pueden aflorar habilidades, talentos y potencialidades de todos los integrantes. El éxito del grupo depende de la participación de todos, lo que fomenta la necesidad de ceder protagonismo, escuchar a los demás y resolver tensiones de manera creativa. La intervención del docente en la formación de subgrupos y el trabajo con cada uno es esencial para promover la cooperación y mediar en los conflictos que surjan.

2

Establecer nuevas normas para la formación de grupos de trabajo: esto ayudará a fomentar la inclusión y prevenir que los mismos niños y niñas queden constantemente marginados. Se pueden rotar los grupos de manera semanal o según los diferentes proyectos, utilizando diversos criterios para formar los equipos de forma aleatoria a través de actividades lúdicas.

3

Incluir obras literarias y películas: Estas historias fomentan la fantasía, el juego y la imaginación, y además poseen un significativo valor cultural y educativo. Abordan temas como el amor, la amistad, la soledad, la solidaridad, el respeto y la discriminación. Por lo tanto, los libros y las películas son recursos valiosos para promover la reflexión sobre diversos temas sociales.

4

Integrar el juego, tanto en las actividades de enseñanza como en el tratamiento específico del bullying: los juegos son herramientas efectivas para fomentar el autoconocimiento, mejorar la comunicación y superar resistencias, además de facilitar el contacto con los demás. También promueven habilidades como la colaboración en grupo y las interacciones sociales.

5

Inspire a sus estudiantes a desarrollar campañas de concientización y prevención del bullying: esto los motivará a informarse, reflexionar sobre el tema y crear mensajes que resuenen en toda la comunidad. Los niños y niñas estarán más comprometidos si se trata de un asunto que les afecta directamente. Algunas iniciativas pueden incluir la elaboración de carteles para la escuela, exposiciones artísticas, charlas para los más pequeños, publicaciones en el blog escolar o en un blog específico para este fin, entre otras.

6

Incorporar en sus clases asuntos como la discriminación y los derechos de los niños y niñas: es fundamental educar a los estudiantes en valores de inclusión, para que reconozcan la igualdad y aprendan a aceptar y valorar las diferencias.

7

Promueva la valoración de la diversidad: las escuelas deben fomentar el reconocimiento de todos los niños y niñas, no solo de aquellos que destacan en deportes, artes o estudios. No se debe premiar únicamente un tipo de conducta o talento. Todos los estudiantes poseen cualidades valiosas que deben ser reconocidas y apreciadas.

En resumen, para prevenir el bullying, es fundamental que los docentes, las autoridades escolares y los padres estén muy atentos a las conductas de los estudiantes

Por ello, se recomienda a los docentes lo siguiente:

- Sancionar las malas conductas y actitudes.
- Fomentar la empatía en la clase para evitar que los compañeros permanezcan indiferentes ante los hechos.
- Educar en la no violencia y la tolerancia en las aulas.
- Dar charlas y talleres sobre el Bullying.
- Formar en valores sociales dándole importancia a la inteligencia emocional desde pequeños.
- Desestimar los actos de violencia.
- Promover la autoestima entre los niños
- Enseñar a los menores a pedir disculpas.
- Dedicar tiempo para escuchar al niño/a y conocer sus dudas, angustias, miedos, entre otros.
- Fomentar el compañerismo, la justicia, la responsabilidad y el respeto.



Ventajas de trabajar el bullying en el aula

ooo

+

Mejora las habilidades sociales: Asertividad y empatía son las habilidades que mayores beneficios reciben cuando se trabaja temas de acoso escolar y resolución pacífica de los conflictos en el aula.

ooo

+

Mejora la convivencia en el aula: Gracias a los mayores niveles de asertividad y empatía, la convivencia dentro del aula mejora notablemente, pues existe mayor tolerancia, empatía y respeto hacia los demás.

ooo

+

Disminuye los casos de acoso escolar así como su duración: Al entrenar en habilidades sociales y tener una mejor convivencia es posible disminuir los casos de acoso y que estos duren menos, gracias al incremento del alumnado prosocial.

ooo

+

Mejora la resolución de conflictos entre iguales: Todo lo anterior repercute en el aprendizaje de la resolución pacífica de los conflictos.

Actividades y Juegos para el aula



Cartoon Network y Plan Internacional (2013). Basta de Bullying: No te quedes callado, plantea algunas propuestas que pueden ser desarrolladas y/o trabajadas con estudiantes dentro del aula. Estas son:

Juego: Foto viva

Objetivos:

- Identificar situaciones de bullying.
- Reflexionar sobre experiencias de acoso o intimidación.
- Colaborar efectivamente en grupos.

Desarrollo del Juego:

La clase se divide en grupos, y a cada uno se le asigna una frase relacionada con el bullying, como la siguiente:

"Cuando nos peleamos y nos agredimos físicamente, nos lastimamos, pero también herimos cuando insultamos, nos burlamos de alguien, le impedimos participar en juegos, lo excluimos del grupo o lo aislamos. También causamos daño al hablar mal de alguien a sus espaldas para que otros no sean sus amigos. Todo esto constituye una forma de maltrato."

Cada grupo debe representar una situación de bullying a través de una imagen "congelada". Para lograrlo, se emplea una técnica similar a una fotografía grupal, donde los participantes comunican un mensaje únicamente mediante sus cuerpos y expresiones faciales, sin utilizar palabras. El grupo debe llegar a un consenso sobre cómo presentar la escena al resto de la clase, con el objetivo de transmitir los sentimientos de quienes sufren bullying.

Cada grupo mostrará su "fotografía" sin revelar el tipo de bullying que están representando. El desafío consiste en que los demás grupos identifiquen la situación. Tras las presentaciones, se abrirá una discusión para compartir el proceso de construcción de sus imágenes.

El docente tomará en cuenta las contribuciones de cada grupo para definir el tema y fomentará la reflexión sobre ejemplos que no se ajustan a la definición de bullying. Es importante reconocer que el bullying puede manifestarse de diversas formas: física, verbal, psicológica o social. El docente deberá asegurarse de que estas formas de agresión estén representadas en los ejemplos, o invitar a los grupos a considerar otras manifestaciones que no se mencionaron. Además, debe enfatizar que estas situaciones son repetitivas, causan daño y se producen en un contexto de desigualdad de poder entre las personas involucradas, ya que no todas las agresiones constituyen bullying por sí mismas.

Juego: Rompecabezas mezclados

Objetivos:

- Colaborar con sus compañeros y compañeras para lograr el objetivo.
- Demostrar actitudes de solidaridad.
- Resolver los conflictos que puedan surgir durante la actividad.
- Fortalecer los vínculos dentro del grupo.
- Demostrar comprensión hacia los demás.

Recursos:

Cinco sobres, Cinco rompecabezas cortados en unas 10 piezas, Cinco imágenes del rompecabezas completo.

Desarrollo del Juego:

La clase se dividirá en cinco equipos. El docente proporcionará a cada equipo un sobre que contiene piezas desordenadas de cinco rompecabezas, junto con la imagen completa de uno de ellos. Al recibir la señal, cada equipo deberá armar el rompecabezas que corresponde a la imagen que les fue entregada. Para lograrlo, los participantes tendrán que obtener las piezas que les falten de los sobres de los otros equipos. El juego se dará por concluido cuando todos los equipos hayan completado su rompecabezas. Durante la actividad, no se permitirá hablar, comunicarse por escrito ni tomar piezas de otros equipos; sin embargo, se podrá ceder o intercambiar piezas. Es relevante que el docente no informe a los estudiantes sobre la mezcla de las piezas, permitiendo que ellos descubran y resuelvan el desafío por sí mismos. Al final, el docente guiará una reflexión sobre lo sucedido durante el juego con preguntas como: ¿Cómo se sintieron cuando alguien tenía una pieza que necesitaban y no la compartía? ¿Qué estrategias utilizaron para completar su rompecabezas? ¿Tuvieron en cuenta las necesidades de los otros equipos?

Juego: Mensajes Positivos

Objetivos:

- Reconocer valores positivos en sí mismos y en los demás.
- Fortalecer los lazos dentro del grupo.

Recursos:

Hojas y Lápices

Desarrollo del Juego:

El grupo formará un círculo, y cada estudiante escribirá su nombre en una hoja de papel. Al recibir la indicación, cada uno pasará su hoja hacia la derecha. Cuando un niño o niña reciba una hoja, deberá escribir un mensaje positivo para la persona cuyo nombre aparece en ella. Al final de la ronda, cada estudiante podrá leer los mensajes que destacan sus cualidades y logros, recibiendo así el aprecio de sus compañeros.

Variante del juego: Cada niño o niña recibirá dos tarjetas. En una de ellas, escribirá algo positivo sobre sí mismo, y en la otra, algo positivo sobre el compañero o compañera a su derecha.

Actividad: Esto no me gusta

Objetivos:

- Asumir los problemas de convivencia en el aula como responsabilidades compartidas.
- Expresar y compartir sentimientos de incomodidad o malestar.
- Buscar soluciones colectivas para abordar situaciones tanto individuales como grupales.

Desarrollo de la actividad:

Cada estudiante escribirá en una hoja dos acciones o comentarios que les desagradan. Luego, se organizarán en pequeños grupos para leer lo que han escrito y reflexionar sobre esos planteamientos. El docente acompañará a cada grupo, guiando y orientando la conversación hacia un enfoque positivo.

Los alumnos deberán sugerir soluciones para las situaciones que se han mencionado. Cada grupo compartirá sus conclusiones con el resto de la clase, y luego se discutirán las propuestas para seleccionar las más adecuadas. El objetivo de esta asamblea será establecer las conclusiones del debate como la meta del mes, comprometiéndose todos a cumplirla.

Al concluir la actividad, se elaborará un cartel que represente la propuesta positiva, el cual permanecerá visible en el aula durante un mes. Se reservará otra sesión para evaluar el grado de cumplimiento de la meta establecida.

Actividad: Atención al semáforo

Objetivos:

- Identificar las situaciones de Bullying
- Las acciones correctas para prevenirlo
- Como actuar frente al Bullying
- Que situaciones son Bullying y cuáles no.

Recursos:

Cartulina de color rojo, amarillo y verde, marcadores y el dibujo de un semáforo y las situaciones para esa identificación.

Desarrollo de la actividad:

El docente dibujará un semáforo en el tablero donde le asignará el color rojo a peligro, amarillo a atención y verde a correcto.

Después de explicar que el color rojo representa peligro, que el amarillo puede incomodar a alguien, incluso si no se trata de bullying, y que el verde indica que actuar de esa manera contribuye a mantener buenas relaciones con los demás. y a prevenir situaciones de Bullying, se empieza mencionar verbalmente las siguientes situaciones a fin de que los alumnos identifiquen cual es el color correcto en relación a la situación expuesta, las situaciones puede ser de este tipo:

- Ayudar a un compañero o compañera cuando algo se le pierde.
- Poner atención en un compañero solo cuando juegan al fútbol porque es buen jugador.
- Ponerle apodos y reírse de un compañero o compañera todos los días.
- Invitar a jugar a un compañero o compañera, aunque no sea mi amigo o amiga
- Inventar mentiras sobre otra persona y difundirlas por Internet.
- Escuchar y tener en cuenta lo que dicen los demás.
- No ayudar a un compañero/a con la tarea porque hoy no tengo tiempo.
- Sumarse a molestar cuando agreden a un compañero o compañera.
- Prohibirle participar en un juego a un compañero o compañera siempre que lo pide.

Actividad: Ver una película

Objetivos:

- Reflexionar sobre el tema del Bullying.

Recursos:

Película, salón audiovisual

Desarrollo de la actividad:

La docente seleccionará una película que hable o haga énfasis en la importancia de respetar al otro, ser empáticos, acerca del bullying, la conciencia emocional o que tenga un contenido de valor educativo y deje un aprendizaje en los estudiantes. Se recomienda las siguientes: Wonder (2017), Intensamente (2015) y Red (2022) entre otras.

Después de terminar la película es importante que la docente realice preguntas para validar si comprendieron su contenido y que enseñanza les deja.

Actividad: Campaña Anti-Bullying

Objetivos:

- Informarse y reflexionar sobre el tema del Bullying
- Animarse a actuar frente a situaciones de Bullying
- Concientizarse sobre el acoso escolar

Recursos:

Cartulinas, colores, pegamento, tijeras, marcadores, y materiales que ellos quieran usar para decorar los afiches realizados con las cartulinas

Desarrollo de la actividad:

El docente le solicita a los alumnos de los grados 5 que busquen información sobre el tema del Bullying y e imágenes acerca del mismo en casa.

Posteriormente, les explica que se realizará una campaña sobre esto y que deben tener esa información disponible para el día propuesto.

El día acordado, el docente divide a la clase en grupos. Cada grupo debe realizar un afiche en las cartulinas con mensajes que ayuden a concientizar sobre el Bullying o informen sobre esta problemática.

Al haber terminado dichos afiches, el docente indica a los alumnos que cada grupo exponga lo que hizo y sitúe los afiches en lugares estratégicos del colegio.

Actividad: El baúl del tesoro

Objetivos:

- Aumentar su autoestima
- Reflexionar sobre lo valiosos y significativos que son para sí mismos.

Recursos:

Espejo, una caja

Desarrollo de la actividad:

El docente presenta una caja decorada de manera atractiva y, al entregársela a cada estudiante, dice: "Dentro de esta caja se encuentra el mayor tesoro del mundo. ¿Puedes adivinar cuál es?" Una vez que el niño o la niña abre la caja y observa el contenido, el docente continúa la conversación sobre la importancia de la singularidad y la individualidad de cada persona.

Actividad: El frasco de la felicidad

Objetivos:

Que los alumnos y alumnas logren:

- Aumentar su autoestima.
- Reflexionar sobre si ellos mismos tienen un buen autoconcepto

Recursos:

Frasco reciclado, papel, y lápices, lapiceros, marcadores.

Desarrollo de la actividad:

El docente solicita a sus estudiantes que traigan un frasco reciclado de café o cualquier otro producto que tengan en casa. Les explica que lo decorarán en clase. Después de decorarlo, el docente les pide que, cada día, escriban en un trozo de papel un mensaje positivo para un miembro de su familia. Este mensaje puede ser un aliento, un recuerdo agradable que hayan compartido o cualquier otra expresión positiva.

Una vez que hayan escrito su mensaje, deben doblarlo y colocarlo en el frasco de la felicidad. Dependiendo de lo que indique el docente, pueden sacar los mensajes y leerlos en voz alta una vez al día, a la semana o al mes. ¡Seguro que estos mensajes les ayudarán a sentirse más felices!

Actividad: Role- Playing

Objetivos:

- Potenciar y desarrollar la asertividad.

Recursos:

Historia para el Role-Playing.

Desarrollo de la actividad:

El docente comparte la siguiente historia con los estudiantes:

Un grupo de amigos estaba jugando cuando Valeria se acercó y les pidió que la dejaran participar. Sin embargo, al no recibir una respuesta positiva, se enojó, les lanzó insultos y los agredió físicamente.

Después de contar la historia, el docente pide a los niños que analicen la situación. Primero, deben identificar los aspectos negativos del comportamiento de Valeria y luego proponer alternativas más constructivas para resolver el conflicto. Al finalizar la actividad, el docente refuerza las respuestas de aquellos estudiantes que hayan encontrado formas más efectivas de manejar la situación dramatizada.

Para recordar:

El bullying es un fenómeno psicosocial que impacta a un gran número de niños, niñas y adolescentes, generando consecuencias negativas para todos los actores implicados en esta problemática: la víctima, el agresor y los testigos. Sin embargo, según Cartoon Network y Plan Internacional (2013), se señala que:

Es posible prevenir y actuar frente a este problema, realizando una alianza entre la escuela y la familia, con el objetivo de cuidar, proteger y construir herramientas para educar y evitar el acoso entre pares. Los problemas entre pares deben ser incluidos como parte del trabajo de convivencia en el aula, ya que se trata de un contenido transversal a toda asignatura formal. De esta manera, habrá muchas oportunidades de transformar situaciones negativas en otras positivas, favorecer una convivencia escolar armónica, y crear un ambiente confortable para aprender y enseñar.

Para tener en cuenta:

○○○



Es crucial fomentar un diálogo abierto que permita a los adultos guiar a niños, niñas y adolescentes hacia la construcción de relaciones respetuosas y que valoren la diversidad. Prestar atención a las inquietudes de nuestros estudiantes y ayudarles a encontrar soluciones es fundamental para combatir el bullying.

Referencias

Báez, W. y Oliveros, J. (2010). El Bullying: prevención, detección e intervención primaria en preescolares [Tesis de grado, Pontificia Universidad Javeriana de Colombia]

<https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/6669/tesis101.pdf?sequence=1>

Cartoon Network y Plan Internacional (2013). Basta de Bullying: No te quedes callado. <https://www.educatolerancia.com/wp-content/uploads/2016/12/Gu%C3%ada-pr%C3%a1ctica-para-el-abordaje-del-Acoso-Escolar.pdf>

Escuela de Liderazgo (15 de Julio 2020) Las diversas formas de Bullying en la escuela [Blog]. <https://escuelaelbs.com/bullying-en-la-escuela/>

Farez, P. y Trujillo, P. (2013). Estrategias Psicoeducativas cognitivo-conductual para desarrollar habilidades sociales en la resolución de conflictos. [Tesis de grado, Universidad de Cuenca, Ecuador]. <https://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/480/1/TESIS..pdf>

García, J (2021). Los 5 tipos de acoso escolar o Bullying. ¿Qué clases de Bullying existen y cuáles son los rasgos característicos de cada uno? <https://psicologiymente.com/psicologia/tipos-acoso-escolar-bullying>

González García, B. (2019). Un estudio de revisión teórica sobre el acoso Escolar [Tesis de grado, Universidad de la laguna]. <https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/14905/Un+Estudio+de+Revision+Teorica+sobre+el+Acoso+Escolar+.pdf?sequence=1>

Guía infantil (2020). Causas del acoso escolar [Blog] <https://www.guiainfantil.com/educacion/escuela/acosoescolar/causas.htm>

Guía infantil (2022). La autoestima y los niños. [Blog] <https://www.guiainfantil.com/salud/autoestima/index.htm#header4>

Morales, A. (04 de abril 2019) Bullying. Toda Materia [Blog]. <https://www.todamateria.com/bullying/>