



**UNIVERSIDAD NACIONAL ABIERTA Y A DISTANCIA UNAD  
ESCUELA DE CIENCIAS SOCIALES, ARTES Y HUMANIDADES ECSAH  
PROGRAMA DE PSICOLOGÍA**

**EFFECTO DE LA APLICACIÓN DEL PROTOCOLO MODIFICADO POR  
HENAO Y PEREZ (2011), PARA EL MANEJO DE LA INTIMIDACIÓN  
ESCOLAR Y LA CONDUCTA PROSOCIAL EN ADOLESCENTES DEL  
GRADO SEXTO DE EDUCACIÓN MEDIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA  
BELLO HORIZONTE DEL MUNICIPIO DE FLORENCIA-CAQUETÁ**

**Trabajo de investigación para optar el título de Psicólogo**

**Cesar Alberto Ospina Galeano**

**Luís Alberto Ramirez Diaz**

**Florencia, Caquetá**

**2013**



**UNIVERSIDAD NACIONAL ABIERTA Y A DISTANCIA UNAD  
ESCUELA DE CIENCIAS SOCIALES, ARTES Y HUMANIDADES ECSAH  
PROGRAMA DE PSICOLOGÍA**

---

**EFFECTO DE LA APLICACIÓN DEL PROTOCOLO MODIFICADO POR  
HENAO Y PEREZ (2011), PARA EL MANEJO DE LA INTIMIDACIÓN  
ESCOLAR Y LA CONDUCTA PROSOCIAL EN ADOLESCENTES DEL  
GRADO SEXTO DE EDUCACIÓN MEDIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA  
BELLO HORIZONTE DEL MUNICIPIO DE FLORENCIA-CAQUETÁ**

**Proyecto Investigativo para optar al grado de Psicólogo**

**Cesar Alberto Ospina Galeano**

**Luís Alberto Ramirez Diaz**

**Asesora: Yuly Paulinne Cárdenas**

**Psicóloga Clínica**

**Florencia, Caquetá**

**2013**

## DEDICATORIA

A Nuestro Gran Señor, te ofrecemos como ofrenda este título profesional y te damos gracias por habernos dotado de grandes virtudes espirituales y por enviarnos luz de sabiduría.

A nuestras familias, por su comprensión y apoyo permanente, dándonos ánimo para no desfallecer y seguir adelante con nuestros estudios.

A todas las personas que de una u otra forma nos colaboraron y apoyaron en todo nuestro proceso pedagógico de formación.

A todos mis compañeros y compañeras de estudio que en muchas oportunidades nos orientaron sobre aspectos que no entendíamos y del que pudimos salir adelante con todos los trabajos de estudio.

Cesar Alberto y Luis Albeiro

## **AGRADECIMIENTOS**

En primera instancia agradecemos a Dios por la oportunidad que nos brinda de haber culminado nuestros estudios superiores que esto nos conllevará a conocer mejor el mundo, a valorar a los que fueron nuestros asesores durante todo el proceso. A nuestras familias, por habernos colaborado para alcanzar este éxito académico - formativo.

Damos gracias a nuestra asesora de tesis: Yuly Paulinne Cárdenas

Psicóloga Clínica, al Rector de la Institución Bello Horizonte, al titular del grado sexto de Educación Media, a los jóvenes del mismo grado y sus respectivos padres de familia.

## CONTENIDO

	pág.
RESUMEN.....	11
ABSTRACT .....	12
INTRODUCCIÓN .....	13
PROBLEMA.....	19
Planteamiento Del Problema.....	19
Formulación Del Problema .....	20
HIPÓTESIS.....	21
Variables .....	21
JUSTIFICACIÓN.....	22
OBJETIVOS.....	24
Objetivo General .....	24
objetivos específicos .....	24
MARCO REFERENCIAL .....	25
Marco teórico.....	25
<i>Las Causas Del Bullying Pueden Residir En Los Modelos Educativos A Que         Son Expuestos Los Niños .....</i>	<i>25</i>
<i>Que Es El Bullying? .....</i>	<i>26</i>
<i>¿Qué hacemos? .....</i>	<i>28</i>
<i>El Fenómeno Del Bullyng.....</i>	<i>29</i>
<i>Las consecuencias del bullying son incalculables para la víctima y para el         agresor.....</i>	<i>32</i>
<i>El valor del apoyo familiar .....</i>	<i>33</i>
<i>El fracaso escolar .....</i>	<i>33</i>
<i>Trabajo social en las aulas.....</i>	<i>33</i>

<i>Violencia emocional</i> .....	34
Antecedentes De La Investigación .....	35
Bases Teóricas.....	36
Definición De Términos Básicos.....	38
Marco Legal.....	43
MARCO METODOLÓGICO .....	44
Tipo De Investigación .....	44
Diseño De Investigación.....	45
<i>Diseño Experimental</i> .....	45
Población Y Muestra .....	45
Técnicas E Instrumentos De Recolección De La Información.....	46
Procedimiento .....	47
<i>Fase II: Entrenamiento a observadores.</i> ....	48
<i>Fase III: Aplicación del Protocolo</i> .....	48
<i>Fase IV: Seguimiento.</i> .....	48
<i>Fase V: Análisis de resultados.</i> .....	49
Consideraciones Éticas.....	49
RESULTADOS Y DISCUSION .....	50
CONCLUSIONES .....	72
RECOMENDACIONES.....	74
REFERENTES BIBLIOGRAFICOS.....	76
APÉNDICES .....	78

## **LISTA DE FOTOGRAFÍAS**

	pág.
Fotografía 1. Estudiantes del grado Sexto B haciendo comentarios acerca del video bance bullying .....	54
Fotografía 2. Actividad realizada durante la segunda sesión.....	55
Fotografía 3. Trabajo colectivo acerca de la importancia de expresar lo que siente cada uno.....	56
Fotografía 4. Expresiones de los estudiantes .....	57
Fotografía 5. Actividad donde cada estudiante expresa lo que sucedió semanas antes sobre las emociones y sentimientos recibidos .....	58
Fotografía 6. Estudiantes reconociendo los rasgos de emoción unos con otros. ....	59
Fotografía 7. Estudiantes leyendo las frases positivas que auguran un control de las emociones.....	60
Fotografía 8. Niña comentando acerca de lo que le gusta y no le gusta de su compañero de al lado .....	61
Fotografía 9. Cartelera ilustrativa.....	62
Fotografía 10. Desarrollo de la tarea de la sesión sobre los derechos .....	62
Fotografía 11. Charla acerca de la forma de aplicación de los valores para adquirir un mejor ambiente en el aula donde se deben aceptar las diferencias, como parte integral del entorno .....	64

Fotografía 12. Niños cuestionándose acerca de la orientación de los autores respecto a la manera de manejar las situaciones difíciles y evitar conflictos.... 65

Fotografía 13. Refrigerio en la celebración de la sesión ..... 66

Fotografía 14. Expresiones de alegría de los niños al recibir el refrigerio como muestra de gratitud de parte de los autores del proyecto por haber culminado a cabalidad todo el proceso de aplicación del protocolo..... 66



## **LISTA DE GRÁFICAS**

	pág.
Gráfica 1. Edad de la muestra .....	50
Gráfica 2. Género de la muestra.....	51
Gráfica 3. Sesión 1. Agresivo yo?.....	54
Gráfica 4. Sesión 2. El que no escucha pierde.....	55
Gráfica 5. Sesión 3. Decir lo que se siente' .....	56
Gráfica 6. Sesión 4. Reconociendo las emociones.....	57
Gráfica 7. Sesión 5. Controlando mis emociones .....	58
Gráfica 8. Sesión 6. Qué más puedo hacer para controlar mis emociones? ...	59
Gráfica 9. Sesión 7. Cómo expresar lo que me gusta y lo que no me gusta? .	61
Gráfica 10. Sesión 8. Practicando mis derechos .....	62
Gráfica 11. Sesión 9. Todos estamos en el mismo planeta.....	63
Gráfica 12. Sesión 10. ¿Y ahora que hago?.....	64
Gráfica 13. Sesión 11. Terminando el viaje .....	65
Gráfica 14. Antes de la práctica del protocolo.....	68
Gráfica 15. Durante la práctica del protocolo.....	68
Gráfica 16. Después de la práctica del protocolo.....	69

## **LISTA DE APÉNDICES**

	pág.
Apéndice A. Proceso de sesiones del protocolo.....	78
Apéndice B. Formato de consentimiento informado .....	142
Apéndice C. Proyecto .....	144

## **RESUMEN**

El proyecto de investigación, Efecto de aplicación del Protocolo modificado por Henao y Pérez (2011), para el manejo de la intimidación escolar y la conducta pro social, en adolescentes de los grados sexto A y sexto B de educación media de la Institución Educativa Bello Horizonte del Municipio de Florencia-Caquetá, constituyó un trabajo en el que se aplicó el Protocolo de Intervención modificado por Henao y Pérez (2011), en la intimidación escolar y la conducta pro social, y donde se logró detectar a través de once sesiones de este modelo, que el nivel de acoso escolar es alto, que los estudiantes se pierden el respeto entre sí, al igual que la práctica de antivalores, dándole cabida a la violencia, y al deterioro psíquico, emocional y físico de la o las personas víctimas del bullying.

De igual manera, aplicado este procedimiento se trató de minimizar la problemática, creando conciencia en los estudiantes de lo perjudicial que es para la integridad humana el ser autor del bullying, lo importante que es orientar a los educandos desde un crecimiento personal, hacia la práctica de valores y de la actitud pro social para el compartimiento de una convivencia pacífica en el aula.

Palabras clave: Violencia escolar, acoso escolar, matoneo

## **ABSTRACT**

The research project, Effect of application of Protocol amended by Henao and Perez (2011), for the management of school the intimidation and prosocial behavior in adolescents in grades six A and six B secondary education of School Bello Horizonte Florence Township Caquetá, was a work in which we applied the modified Intervention Protocol Henao and Perez (2011), school bullying and pro-social behavior, and where achievement detect through eleven sessions of this model, the level of bullying is high, students will lose respect for each other, as well as the practice of anti-values, give space to violence, and deteriorating mental, emotional and physical persons or victims of bullying .

Similarly, treatment applied this procedure to minimize the problem, creating awareness in students of how detrimental to human integrity is being Bullying author, how important it is to guide learners from personal growth, to practice values and pro-social attitudes to the compartment of peaceful coexistence in the classroom.

Keywords: School violence, bullying, Bullying

## **INTRODUCCIÓN**

Se hace necesario acudir a las investigaciones realizadas sobre el fenómeno de Bullying, en el que se tomó como referencia el aporte dado por Posted on septiembre 23rd, 2007 by javieryuste, y que determinó lo siguiente:

Los primeros estudios sobre el maltrato entre iguales fueron realizados en los Países Escandinavos. A finales de los sesenta, el suicidio de tres adolescentes que razonaron su decisión haciendo pública la ansiedad que les provocaba sentirse perseguidos e intimidados por algunos de sus compañeros, conmovió a la sociedad sueca y muy pronto las autoridades educativas encargaron estudios exploratorios sobre el nivel de presencia de estos problemas en las escuelas.

El primer trabajo sistemático sobre las conductas bullying fue realizado (o mejor, está siendo realizado) por Dan Olweus, profesor de la universidad de Bergen. Se trata de un estudio longitudinal que comenzó en 1970, y aún hoy sigue desarrollándose. El trabajo de Olweus, desde 1973, requiere especial atención ya que ningún otro es comparable en tamaño y complejidad. El autor ha trabajado en este campo más de 20 años, lo que le ha permitido acceder a importantes estudios longitudinales. En 1978, publica un libro que va a iniciar el interés social sobre el tema.

El impacto de sus investigaciones suscitó una reacción a nivel Nacional, que llevó al Ministerio de Educación Noruego a desarrollar una campaña de estudio y prevención del problema en 1983. Parte de sus conclusiones han sido corroboradas y ampliadas por él, y por otros autores en el mismo campo, como Lagerspetz K. M. (1982), Roland A. (1987), Ekblad S. (1989), Lindström (1993, 1997), Olweus (1983, 1994), Farrington (1993), Smith y Lindström (1996, 1997).

Olweus trabaja con aproximadamente 1.000 escolares de 6º y 8º grado de Greater Stockholm, (Suecia). Los alumnos fueron clasificados en Agresores, Víctimas y Bien adaptados, en función de las apreciaciones de sus profesores. Se contó también con un grupo de control. La edad media de los chicos fue de 13 años en 6º, y de 15 en 8º.

Se analizaron diversas variables. Un grupo de estas variables se refieren a los alumnos: características socio ambiental, familiar, características externas físicas y psicológicas. Otras variables están relacionadas con los colegios: tamaño, ubicación y profesorado; y por último, se analizó un grupo de variables referidas al clima social en el aula. Los datos fueron recogidos a través de diversas fuentes, como son las opiniones de los profesores, las opiniones de los propios alumnos, y las opiniones de los padres, a través de un cuestionario de autoevaluación (Cuestionario de Autoevaluación Q-Sort); se usaron también socio gramas, métodos proyectivos y escalas sociales.

En lo que se refiere al análisis, cuatro variables fueron incluidas en el modelo final como significativas: el negativismo de la madre (como principal educadora del niño en sus primeros años de vida); el temperamento del chico; la permisividad materna; y los métodos disciplinarios utilizados por el padre y por la madre, tales como el castigo físico y el trato rígido. Todos ellos fueron considerados de gran importancia para el desarrollo de las conductas reactivas agresivas en los chicos. El total de la varianza explicada de la agresividad del sujeto basada en estas variables, fue grande (21-34 % ó 28-43 %, aplicando la corrección del error estándar de medición).

Las variables que resultaron ser las de mayor incidencia en el nivel de agresividad del adolescente fueron: Negativismo de la madre y permisividad de la madre. Es decir, una actitud emocional de la madre, como principal persona encargada del cuidado del niño, caracterizada por el negativismo, indiferencia y carencia de afecto, puede resultar en que el chico sea más tarde agresivo y

hostil hacia su entorno. También una alta permisividad y tolerancia, una actitud laxa, sin límites claros sobre la conducta del chico, contribuirá sustancialmente al desarrollo de una conducta agresiva en la adolescencia.

Los análisis también mostraron, aunque no con tan marcado nivel de significación que el uso de técnicas punitivas disciplinarias puede contribuir al nivel de agresión del adolescente.

El nivel socio-económico no presentó correlación significativa con el nivel de agresividad, lo que viene a contradecir la “teoría de la herencia social”.

Los resultados señalan que el problema Bully-Víctima es un fenómeno mantenido que implica al 10 % de la población escolar, distribuyéndose por igual los porcentajes de agresores y de víctimas. El tamaño de la escuela no incide en su aparición, ni tampoco su ubicación. En cuanto a las características propias de cada uno de estos sujetos, observó ciertos signos externos que diferenciaban a los Bully de los Víctimas, especialmente en la fortaleza física. La mayoría de los sujetos implicados eran del sexo masculino. En cuanto al carácter, los Bully son generalmente violentos, autosuficientes, y muestran un bajo nivel de autoestima, mientras que los Víctimas, no son agresivos ni violentos, en cambio muestran un alto nivel de ansiedad e inseguridad. La habilidad intelectual no resultó un factor discriminante ni tampoco el status socioeconómico. Olweus dice que los Bully y los Víctimas son dos caras de la misma moneda, pero con características diferentes.

El autor continuó su investigación realizando un estudio longitudinal en Noruega y Suecia. Encontró que aquellos chicos que a los 13 y 15 años habían sido identificados como Bully o como Víctimas, a los 24 años se encontraban con más probabilidad, inmersos en actividades delictivas y antisociales.

Además del estudio todavía en curso (realizado en Estocolmo desde 1970), Dan Olweus realizó un estudio Nacional en Noruega en 1983; otro estudio a gran escala en Suecia, entre 1983 y 1984; y otro estudio intensivo en Bergen, entre 1983 y 1985. En ellos han participado un total de 150.000 alumnos con edades comprendidas entre los 7 y los 16 años. Para estos estudios se empleó el cuestionario “abusón-víctima” (Olweus, 1983, 1999) que establece una escala de respuestas en cuatro niveles de frecuencia. Este cuestionario ha sido revisado y utilizado posteriormente en muchas otras investigaciones.

Consecutivamente, después de lo anterior, el psicopedagogo, Stan Davis, graduado en Psicología en la Universidad de Brown, ha trabajado a favor de los Derechos Humanos de diversas formas. Desde 1969 trabaja como terapeuta de niños y de familias con niños que han sido víctima de abuso o que se encuentran en una etapa de duelo.

En los años 80, diseñó e implementó un sistema de entrenamiento para una red de centros de ayuda en casos de violación y colaboró con la policía a desarrollar intervenciones efectivos para los casos de abuso doméstico. Desde mediados de los años noventa, ha enfocado sus energías en ayudar a varias escuelas a prevenir el acoso escolar y la intimidación, entrenando personal escolar a lo largo de los Estados Unidos. Sus estrategias forman parte de iniciativas estatales en Michigan Nueva Jersey y West Virginia. (Stan Davis con Julián Davis. Crecer sin miedo. Estrategias positivas para controlar el acoso laboral. Grupo editorial Norma.)

Viéndolo de esta manera, y tomando como epicentro de origen del bullying el estudio dicho anteriormente, la violencia en la escuela tiene actualmente gran difusión en los medios informativos, dada la problemática social que conlleva. Según revelan estudios recientes, en Colombia, sin ir más lejos, uno de cada cuatro alumnos es víctima de violencia escolar el índice de



acoso en las aulas, en su mayoría de tipo psíquico, es hasta siete veces más alto en los alumnos de primaria que entre los que acaban bachillerato. Desde hace varias décadas, investigadores de muchos países vienen informando de las serias consecuencias que conlleva el acoso escolar, que en casos extremos puede llevar al suicidio, de lo que lamentablemente tenemos ejemplos recientes. Este proyecto constituye un recurso indispensable para que los padres cuyos hijos se ven aceptados por este creciente fenómeno. Se define las numerosas variantes de las conductas abusivas, proporción a listas de signos gracias a los cuales los padres podrán descubrir si su hijo está siendo víctima de acoso y contiene sugerencias sobre cómo poner en práctica líneas de conducta que contrarresten el comportamiento abusivo.

Según los expertos criminalísticas y psicólogos, un niño puede ser autor de Bullying cuando solo espera y quiere que hagan siempre su voluntad, cuando le gusta probar la sensación de poder, cuando no se siente bien o no disfruta con otros niños, si sufre intimidaciones o algún tipo de abuso en casa, en la escuela o en la familia, cuando es frecuentemente humillado por los adultos, o cuando vive bajo constante presión para que tenga éxito en sus actividades. Los agresores ejercen su acción contra su víctima de diversas formas: les golpean, les molestan, provocan, acosan con empujones y golpes, les nombran de una forma desagradable o respectiva, le generan rumores, mentiras o bulos, les aíslan del grupo, les ofenden y les anulan.

La víctima de Bullying habitualmente, son niños que no disponen de recursos o habilidades para reaccionar, son pocos sociables, sensibles y frágiles, son los esclavos del grupo, y no saben revidar por vergüenza o por conformismo, siendo muy perjudicados por la amenazas y agresiones.

En este sentido, la importancia de estudiar a fondo este tema, radica en la aplicación del Protocolo modificado por Henao y Pérez (2011), para el manejo de la intimidación escolar y conducta pro-social en adolescentes de

sexto A y sexto B grados de educación media de la Institución Educativa Bello Horizonte del Municipio de Florencia, Caquetá. De igual manera, la aplicación del protocolo se fundamenta en la ejecución de 11 sesiones constituidas en test y actividades psicopedagógicas focalizadoras del problema bullying, manejados en dos grupos del grado sexto, en donde al grupo sexto A es el agente pasivo donde se realizó un proceso desde el aspecto observacional en el que se detectó el nivel de intimidación escolar y de conducta pro social con relación al grupo sexto B como agente experimental o activo, donde se compararon los estados tanto de intimidación escolar como de conducta pro social.

En contraste con lo anterior, la estructura del proyecto se basó en unas páginas preliminares como primera medida, una introducción que indicó la importancia de la aplicación investigativa y las pretensiones, el problema que planteo la situación a resolver, el planteamiento del problema que se ajustó a desglosar la problemática detalladamente, la formulación del problema que fue la pregunta eje del problema, la justificación que constituyo una razón académica, una razón social y una viabilidad del proyecto, unos objetivos que determinaron el rumbo de la investigación, un marco teórico constituido por unos antecedentes investigativos, las bases teóricas y la definición de términos básicos, un marco metodológico que conformado por el tipo de investigación, y el diseño de investigación, la población y la muestra, las técnicas e instrumentos de recolección de la información, el procedimiento que se aplicó, los resultados y discusión, el análisis y discusión de los resultados, unas conclusiones que definieron lo que se logró en cada objetivo, las recomendaciones y por último los anexos como evidencias, cuadros, figuras y demás.

## **PROBLEMA**

El flagelo del bullying está afectando enormemente la integridad de las víctimas, que son un grupo considerable de estudiantes del grado sexto. En este sentido, la preocupación de los docentes es bastante comprometedor, lo que señala esta investigación como oportuna a la necesidad actual por la que está atravesando dicha institución.

Entonces, el encargo social de poder contribuir a ser agentes activos en el proceso de aplicación del Protocolo modificado por Henao y Pérez (2011), para el manejo de la intimidación escolar y conducta pro-social en adolescentes de sexto A y B grados de educación media de la Institución Educativa Bello Horizonte del Municipio de Florencia, Caquetá, representa un proceso significativo que aborda el estudio del bullying, y la manera cómo manejar la problemática a partir de una metodología basada en once sesiones que abarcan pruebas psicológicas para detectar el nivel de intimidación escolar y la manera viable de controlarlo por medio de los valores, deberes y derechos como persona entre otros, siendo este un procedimiento evaluado y establecido por los autores anteriormente mencionados.

### **Planteamiento Del Problema**

Dentro de toda la organización social, existen una serie de funciones ya sean políticas, económicas y sociales que la colectividad debe cumplir, es así que para referirnos a la problemática que conlleva en Bullying escolar, es

necesario conocer su origen, las causas y las consecuencias que generan este hecho violento.

En este sentido, se puede decir, que el origen del Bullyng se encuentra en tierras inglesas donde por primera vez se practicó este efecto agresivo detectado en las escuelas y colegios de este contexto, tan influyente en todo el mundo.

Así mismo, las causas pueden ser debidas a la falta de patrones conductuales en los niños, la falta de la práctica de valores en sus hogares, el abandono de sus padres donde son niños que están al cuidado de personas ajenas al núcleo familiar, entre otras, y se suman a ella, unas consecuencias que abrigan una serie de situaciones que obstruyen el desarrollo psico-emocional de los niños o adolescentes hasta el punto de que las víctimas del bullyng se vean obligadas a acabar con sus vidas. Entonces, se concluye que la aplicación de este protocolo es un elemento importante tanto por su ámbito de minimizador de la problemática como controlador del mismo.

### **Formulación Del Problema**

¿Cómo se describe el efecto de la aplicación del Protocolo de Intervención Rebolledo (2009), modificado por Henao y Pérez (2011), para el Manejo de la Intimidación Escolar y la Conducta Pro social en adolescentes de los grados sextos A y B de la Institución Educativa Bello Horizonte del municipio de Florencia, Caquetá?

## **HIPÓTESIS**

El bullying, es índice de violencia y la aplicación del Protocolo modificado por Henao y Pérez (2011), para el manejo de la intimidación escolar y conducta pro-social en adolescentes de los grados sexto A y B de educación media de la Institución Educativa Bello Horizonte es un medio minimizador de la problemática del Bullying.

### **Variables**

Las variables del Proyecto de Investigación son:

**Variable Independiente:** El Protocolo modificado por Henao y Pérez (2011), para el manejo de la intimidación escolar y conducta pro-social en adolescentes.

**Variable Dependiente:** Es un elemento minimizador de la problemática del Bullying.

## **JUSTIFICACIÓN**

Como personas encargadas y formación del tipo de hombre que la sociedad actual requiere, se hizo necesario llevar cabo la presente investigación para describir el efecto de la aplicación del Protocolo de Intervención Rebolledo (2009), modificado por Henao y Pérez (2011), para el Manejo de la Intimidación Escolar y la Conducta Pro social en adolescentes del grado sexto A y B de la Institución Educativa Bello Horizonte del municipio de Florencia, Caquetá, donde fue necesario conocer el origen, las causas y las consecuencias que atraviesan los estudiantes frente a este flagelo del Bullying y de esta manera poder aplicar el protocolo como correctivo, que incluye una serie de sesiones contempladas en unas estrategias pedagógicas propias de la psicología clínica, en unos procesos de seguimiento que en forma gradual, logren minimizar la problemática del Bullying para crear espacios de convivencia pacífica en el aula como medio alternativo para desterrar ese ambiente de violencia, de acoso, de apodos, de insultos, de humillaciones generadas por el Bullying.

En consecuencia, La ejecución de esta investigación, obedeció a cumplir con unos parámetros legales dirigidos por la Universidad Nacional Abierta y a Distancia, como opción de grado, en el que meses atrás se había diseñado un trabajo consolidado de esta temática, desde una experiencia pedagógica que facilito la familiarización con el eje central a investigar.

Respecto a la viabilidad del proyecto se define como un planteamiento real que se ejecuta con los mismos educandos de la Institución Educativa Bello Horizonte y que no genera costo alguno, pero que sí, es de gran beneficio para toda la Comunidad Educativa en referencia.

Para determinar la razón académica, nos remetimos a decir que la influencia de la práctica del Bullying en la Institución Educativa Bello Horizonte del municipio de Florencia, Caquetá, en el que se generan conflictos en el aula, situaciones de violencia, desequilibrio emocional y cognitivo, indisciplina, y otros que requieren de un procedimiento psicopedagógico que nos libere de esta situación problemática en el aula.

Consecutivamente la necesidad social, se origina como un llamamiento inmediato, en donde se diseñan unos patrones conductuales y comportamentales implícitos en el Manual de Convivencia, y reforzarlos con charlas frecuentes sobre el tema a la Comunidad Educativa para, de esta forma reemplazar la crisis de violencia (Bullying) por senderos de paz y armonía.

## **OBJETIVOS**

### **Objetivo General**

Describir el efecto de aplicación del protocolo de Intervención modificado por Henao y Pérez (2011), para el Manejo de la Intimidación Escolar y la Conducta Pro social en adolescentes de los grados sextos A y B de la Institución Educativa Bello Horizonte del municipio de Florencia, Caquetá.

### **Objetivos específicos**

Diagnosticar el estado actual de intimidación escolar y la conducta pro-social a través del test de medición, en adolescentes de los grados sexto A y B de la Institución Educativa Bello Horizonte del municipio de Florencia, Caquetá.

Determinar la eficacia de la aplicación del protocolo sobre la intimidación escolar y las conductas pro social en el grupo de adolescentes de los grados sexto A y B de la Institución Educativa Bello Horizonte del municipio de Florencia, Caquetá.

Evaluar el proceso investigativo a través de la continuación o transcendencia del proyecto hacia otras Instituciones Educativas locales que estén atravesando por la problemática del bullying en los estudiantes.

Emitir unas Conclusiones y Recomendaciones del proceso investigativo.



## MARCO REFERENCIAL

### Marco teórico

#### ***Las Causas Del Bullying Pueden Reincidir En Los Modelos Educativos A Que Son Expuestos Los Niños***

Las causas que pueden hacer aparecer el acoso son incalculables. Tanto como las formas en que se manifiesta y los perjuicios que ocasiona. En general las causas o factores que lo provocan suelen ser personales, familiares y escolares.

#### ***En lo personal***

El acosar se ve superior. Bien porque cuenta con el apoyo de otros atacantes, o porque el acosado se trata de alguien con muy poca capacidad de responder a las agresiones. El acosador lo que quiere es ver que el acosado lo está pasando mal.

#### ***En la familia***

En el terreno familiar, el origen de la violencia en clavales puede residir en la ausencia de un padre o la presencia de un padre violento. Esta situación puede generar un comportamiento agresivo en los niños y llevarles a la violencia cuando sean adolescentes. Además de eso, las tensiones matrimoniales, la situación socioeconómica o la mala organización del hogar, también puede contribuir para que los niños tengan una conducta agresiva.

### ***En el colegio***

El Bullying puede darse en cualquier tipo de colegio, público o privado, pero según algunos expertos, cuanto más grande es el centro escolar más riesgos de que haya acoso escolar. Claro que a eso hay que añadir la falta de control físico y de vigilancia. En los pasillos debe haber siempre alguien, profesores o cuidadores, para atender e inspeccionar a los alumnos. A parte de eso, el tratamiento que se da a los alumnos es muy importante. La falta de respeto, la humillación, amenazas o la exclusión entre personal docente y alumnos llevan a un clima de violencia y situaciones de agresión. El colegio no debe limitarse solo a enseñar, pero debe funcionar como generador de comportamientos sociales.

En resumen, las causas del Bullying pueden residir en los modelos educativos a que son expuestos los niños, en la ausencia de valores, de límites, de reglas de convivencia; en recibir punición o castigo a través de violencia; o intimidación y a aprender a resolver los problemas y las dificultades con violencia. Cuando un niño está expuesto constantemente a esas situaciones, acaba por registrar automáticamente todo en su memoria, pasando a exteriorizarlo cuando vea oportuno. Para el niño que practica el Bullying, la violencia es apenas un instrumento de intimidación. Para él, su actuación es correcta y por lo tanto, no se auto condena, lo que no quiere decir que no sufra por ello.

### ***Qué Es El Bullying?***

El bullying es una palabra inglesa que significa intimidación. Infelizmente, es una palabra que está de moda debido a los innúmeros casos de persecución y de agresiones que se están detectando en las escuelas y colegios y que están llevando a muchos escolares a vivir situaciones verdaderamente aterradoras.

“bullying” se denomina a la intimidación, acoso o victimización entre compañeros en el ámbito escolar. La palabra se utiliza para describir estos distintos tipos de comportamientos negativos, que se dan tanto en niños como en adolescentes, y que van desde bromas pesadas, pasando por el ignorar o menospreciar a alguien, hasta ataques personales, e incluso abusos serios.

Se refiere a situaciones o acciones negativas generadas por otros compañeros, y a las que un alumno/a se ve sometido de forma reiterada durante algún tiempo.

A veces es un individuo quien hace el "bullying", otras veces un grupo.

Si bien este fenómeno es algo que esta y ha estado siempre presente en las escuelas, la gravedad de estos hechos es hoy en día mucho más alta. Los problemas de conducta son más graves y con mayores repercusiones.

Muchas veces, ni los padres, ni la escuela se enteran de la situación de acoso, y cuando lo hacen suele ser una situación bastante delicada, es decir con consecuencias graves.

Es importante diferenciar estas situaciones con simples altibajos entre relaciones entre compañeros, especialmente en pre- adolescentes (11 -13 años) y adolescentes (14 – 20 años) Estos son conflictos entre iguales, problemas de comportamiento o de indisciplina son fenómenos perturbadores pero no son verdaderamente problemas de violencia, aunque pueden degenerar en ellos, si no se resuelven en forma adecuada.

Es conveniente centrar el tema y aclarar entre todos de qué estamos hablando y dejar de pensar "que todo esto es normal entre chicos" ni "que se trata sólo de bromas entre compañeros".

Ejemplos concretos:

- Cuando un chico insulta, pone apodos, se burla y amenaza a otros compañeros. Les tira las cosas o les pega.
- Cuando un grupo de chicos/as les dicen a los demás que no le hablen a otro/a para que no tenga amigos ni amigas, o lo acusan de algo siendo mentira.
- Cuando un chico abusa de su fuerza, pega o amenaza a otro compañero que no es tan fuerte, o que le da vergüenza enfrentarse con él y siempre se calla y aguanta.

Cuando estas situaciones se dan de manera sistemática, durante algún tiempo y no es simplemente un hecho aislado podríamos estar frente a una situación de bullying.

### ***¿Qué hacemos?***

Todos los miembros de una comunidad educativa (alumnos, padres, docentes, etc.) tienen responsabilidad en ayudar y comprometerse a resolver la situación negativa, pero esta situación es difícil de detectar sin la ayuda de los propios chicos, tanto de quien está sufriendo la agresión como de sus hermanos o compañeros.

Cuando un chico está siendo víctima del fenómeno "bullying" en la escuela, el resto de compañeros (o sus hermanos o primos) que no están implicados directamente, saben sobre lo que está sucediendo en el aula, en el recreo o en la calle. Aunque ellos no estén envueltos en el conflicto directamente, pueden acompañar y ayudar a pedir ayuda a un adulto de confianza, al niño que si lo sufre.

Si alguien en su familia está siendo víctima del "bullying" en el colegio, lo primero que hay que hacer es hablar con un profesor o profesora, poner al tanto a los responsables en la escuela de lo que está aconteciendo, para poder entre todos resolver el conflicto.

Si usted no está satisfecho con la respuesta del colegio, no abandone, busque otros medios y recursos disponibles. Converse con otros padres, con los compañeros. Acompañe y enseñe a su hijo a defenderse sin violencia, y tanto a él como a sus compañeros, aliéntelos a denunciar la situación por la que están pasando, a poner en evidencia al agresor, a no atemorizarse.

Parte de la "diversión" que estos chicos y chicas consiguen con estos comportamientos, es la reacción de miedo y respeto de otras personas presentes, hacia éstos como agresores.

Por supuesto está la contraparte, que es quien produce la agresión... Si le preocupa que alguien en su familia puede ser un agresor ("bully") es muy importante que acuda inicialmente a una charla con algún responsable en la escuela, la docente o un miembro del equipo de orientación escolar (gabinete) y plantee su preocupación. Posteriormente, puede realizar una consulta con un especialista, en estos casos es imprescindible la intervención oportuna.

La ayuda y la comprensión en la familia, son fundamentales para cualquiera que quiera hacer frente a este fenómeno.

### ***El Fenómeno Del Bullyng***

Los principales tipos de hostigamiento escolar se suelen clasificar en:

**Físico:** Como empujones, patadas, puñetazos, agresiones con objetos.

**Verbal:** Esta es la más habitual. Suelen manifestarse mediante insultos, moteos, menosprecios en público o el estar resaltando y haciendo patente de forma constante un defecto físico.

**Psicológico:** son acciones encaminadas a minar la autoestima del individuo y fomentar su sensación de inseguridad y temor. El componente psicológico está en todas las formas de maltrato.

**Social:** Hacer el vacío a un alumno y fomentar entre los compañeros la misma medida. Estas acciones se consideran bullying "indirecto".

En el bullying hay tres partes fundamentales:

- **El acosador (bully):** Es la persona que realiza el acoso tanto verbal como emocional, físico contra alguno de sus compañeros.

- **La víctima** del acoso: Persona que sufre el hostigamiento por parte de otro compañero.

- **El grupo:** Generalmente formado por compañeros que actúan como simples espectadores (aunque a veces también actúan como acosadores) que con su silencio cómplice contribuyen al maltrato.

**1.) El acosador (bully):** La vida familiar es la que marca la personalidad de los adolescentes. De ahí que muchos de estos "niños hostigadores" sean muchas veces víctimas de abusos y malos tratos. También suelen carecer de afecto y se educan en un entorno familiar problemático, en el que es habitual la falta de atención y control de los padres.

Normalmente tienen falta de sentimiento de culpabilidad. Suelen ser hostiles e interpretan sus relaciones con los otros como fuente de conflicto y agresión hacia su propia persona. Son alumnos belicosos con los compañeros y con los adultos. Son impulsivos y necesitan imperiosamente dominar a los

otros. Suelen carecer de fuertes lazos familiares y están poco interesados por la escuela.

El bullying pretende alcanzar un cierto protagonismo ante el grupo que contempla el hostigamiento de forma que siente mejor al ser aceptado por el mismo.

No resulta una tarea fácil identificarlo ya que cuando es sorprendido busca coartadas para justificar su actuación como pueden ser:

- Cambiar el rol, convirtiéndose de maltratador en víctima mediante la alegación de una supuesta agresión previa.
- Minimizar el acto que está realizando.
- Apelación a sus derechos.
- Intentar inculpar al grupo para así diluir su culpa.

**2.) La víctima del acoso:** La víctima puede ser cualquiera, aunque hay un perfil de alumno que suele tener más probabilidad de ser acosado como alumnos con un defecto físico, alumnos tímidos, inseguros, con bajo nivel de autoestima, con problemas de adaptación, alumnos que saquen buenas notas.

Los niños víctimas del acoso tienen miedo de ir al colegio y de encontrarse con sus agresores. Se sienten desprotegidos e indefensos ante ellos y observan cómo el resto de compañeros permanecen quietos, sin defenderles ni ayudarles ante esta situación, seguramente porque ellos también tienen miedo.

La víctima por si sola carece de mecanismos para defenderse de la agresión, por lo que habitualmente sufren un proceso de culpabilización, ya que al observar que todo su entorno está contra él, le hará considerarse culpable y asumir que si sufre estas agresiones es porque realmente se las merece.

El efecto que el acoso puede causar en los niños es demoledor. Se convierten en niños temerosos y humillados, con una alta ansiedad y estrés, y afecta enormemente a su autoestima y equilibrio emocional.

Llegados a este punto el acosado, aunque sea duro, solo tiene tres salidas:

- Convertirse en agresor.
- Autodestruirse mediante conductas destructivas: Cuadros de anorexia nerviosa, bulimia, stress post-traumático.
- Suicidio por la propia destrucción de la autoestima, entendiendo el suicidio como la única salida a la situación.

**3.) El grupo:** El grupo maltrata, no es un mero espectador, ya que con su pasividad colabora a que dicho hostigamiento se produzca. La falta de apoyo de los compañeros hacia las víctimas, es el resultado de la influencia que los agresores ejercen sobre los demás, hechos muy frecuentes en estos procesos. Así una persona que pertenece al grupo teme que si no participa en el acoso, sea el próximo acosado. Incluso a veces justifica su actuación impasible aludiendo a que se trata de asuntos personales en los que no debe meterse.

No hay que olvidar que el papel que ejerce el grupo como espectador, incita el afán de protagonismo del agresor (bully).

***Las consecuencias del bullying son incalculables para la víctima y para el agresor***

El Bullying no entiende de distinciones sociales o de sexos. A pesar de la creencia extendida de que los centros escolares situados en zonas menos favorecidas son por definición más conflictivos, lo cierto es que el Bullying hace su presencia en casi cualquier contexto. Respecto al sexo, tampoco se aprecian



diferencias, al menos en los que respecta a las víctimas, puesto que en el perfil del agresor si se aprecia predominancia de los varones.

### ***El valor del apoyo familiar***

El medio familiar en que nace y crece un niño determina unas características económicas y culturales que pueden limitar o favorecer su desarrollo personal y educativo. Para muchos expertos ningún factor es tan significativo para el rendimiento escolar como el clima escolar-familiar. La actitud hacia la educación, la cultura y la escuela que los padres sean capaces de transmitir a sus hijos, ejerce una gran influencia en el proceso de enseñanza.

### ***El fracaso escolar***

El fracaso escolar no es un problema unidimensional sino que está condicionado por múltiples factores, entre ellos el contexto social del alumno y el propio sistema educativo.

En un acercamiento al concepto en sí, el fracaso escolar, según los expertos, es el hecho de concluir una determinada etapa en la escuela con calificaciones no satisfactorias, lo que se traduce en la no culminación de la enseñanza obligatoria. Las notas, que intentan reflejar el resultado del trabajo del alumno, se convierten así en el dictamen que convierte al estudiante en fracasado.

### ***Trabajo social en las aulas***

La actual situación educativa, donde se han de dar respuestas a las necesidades de los alumnos, tanto desde la perspectiva de los contenidos de enseñanza como desde la labor de integración del niño en la escuela y en la propia sociedad, hace cada vez más importante la presencia de los

departamentos de orientación en los colegios. En este sentido, los trabajadores sociales cumplen una función primordial como integrantes de dichas secciones.

El papel del maestro ya no es suficiente a causa de la cada vez mayor proliferación de alumnos con necesidades educativas especiales, y también en las situaciones de absentismo o fracaso escolar. El trabajo social se hace imprescindible así en un área de actuación como es el sistema educativo, lugar privilegiado para detectar y prevenir situaciones de riesgo.

### ***Violencia emocional***

Puede ser más hostil que la primera. Es plasmada a través de desvalorizaciones, amenazas y críticas que funcionan como mandato cultural en algunas familias o grupos sociales y políticos.

En este sistema de producción capitalista, en donde el dinero es lo que impera, es muy difícil llegar a tener como principios básicos los valores; lo que significa que se el medio social es un conjunto de antivalores que se desarrollan en todos los contextos y que en este aspecto los niños son los que más asumen estas actitudes que van en contra de una formación bajo principios. Por ello, la falta de compromiso educativo, del trabajo integrado por parte del padre de familia, de su interés para con lo académico es muy escaso, por cuanto el padre de familia quiere dejar bajo la responsabilidad total en cabeza del docente para que a su vez se forme a su hijo en todos los aspectos, sin pensar que es una responsabilidad de los padres.

La importancia que cobra el dinero es también relevante en el resultado académico, al niño le importa contar con monedas, con billetes, más los compromisos escolares son olvidados y los dejan aún lado, máxime cuando existe el desinterés del padre, genera un problema determinante en el rendimiento académico e integral del educando.

### **Antecedentes De La Investigación**

Los antecedentes de la investigación atribuyen a estudios realizados en cuanto a la temática del bullying y la aplicación del Protocolo de Intervención modificado por Henao y Pérez (2011), para el Manejo de la Intimidación Escolar y la Conducta Pro social en adolescentes y de los cuales se destacan:

A nivel internacional se han reportado innumerables de estudios acerca del Bullying, como por ejemplo El psicopedagogo institucional Alejandro Castro Santander investiga “Aprender a estar bien con el otro debe ser algo prioritario en la escuela”, es un estudio que evidencia la necesidad de establecer unas buenas relaciones entre estudiantes, y hace un recuento de lo que para él es el Bullying, considerándolo como el hostigamiento y los asaltos, son un funcionamiento desenfrenado dentro de los sistemas escolares públicos. La violencia continuada, el hostigamiento, el embromar, la rivalidad, el ridiculizar, tanto emocional o como físicamente puede conducir a la depresión y a una autoestima baja, son problemas que pueden traumatizar a un niño y en la edad adulta afectar a un estudiante para el resto de su vida.

Seguidamente, los estudios nacionales también reportan varios estudios en el que se ha citado el trabajo presentado por Edgar Antonio Bulla Rodríguez y María Isabel Gaitán Camelo, titulado Efecto de la aplicación del Protocolo modificado por Henao y Pérez(2011), para el manejo de la intimidación escolar y la conducta pro social en adolescentes escolarizados, de estratos 1 y 2, en el año de 2012, para optar por el título de magíster en psicología clínica, donde se aplicó este protocolo dando como resultado la evidencia de que en los estratos 1 y 2 es frecuente el bullying a partir de niveles con tendencia a su disminución, demostrando leve aumento de la conducta pro social y disminución del comportamiento de intimidación.

Y a nivel regional, que es el contexto departamental preciso de este investigación se presenta, Intervención en las conductas de intimidación escolar y fomento de la conducta pro social, en grados sextos de seis Instituciones Educativas de Florencia-Caquetá, en el que esta investigación logro dar a conocer que los estudiantes son protagonistas activos del Bullyng, y donde propusieron una serie de estrategias pedagógicas para minimizar la problemática como medio controlador, que a su vez, dio efectivos resultados.

### **Bases Teóricas**

La teoría fundamental epicentro de este proyecto fue el Protocolo modificado por Henao y Pérez (2011), para el manejo de la intimidación escolar y conducta pro-social en adolescentes, intervención que estructuro una modificación en el contenido planteado por Rebolledo en el año 2009, incursionando estos dos autores Henao y Pérez en la reestructuración del organismo teórico acerca de los Derechos Humanos, viéndolos como materializarlo a partir de la aplicación de los valores, porque se puede agregar, que a través de la puesta en marcha de los valores los niños y adolescentes pueden reconocer sus derechos desde cualquier contexto social en que se hallen. Haciendo de esta manera efectiva la teoría de (Merino, 2005), en el que los valores morales y sociales encauzan el comportamiento humano.

Este programa de intervención de la conducta de intimidación y promoción de la conducta pro-social fue desarrollada por Giovanna Rebolledo (2009), en donde se direcciono hacia la conducta de intimidación escolar y a la promoción de la conducta prosocial; efectuada a partir tres puntos fundamentales: habilidades sociales, dadas sobre las competencias sociales, dentro de la resolución de situaciones problemáticas, la negociación y acertividad, habilidades emocionales, ocasionadas en los efectos de

autocontrol , la regulación emocional, en el cual se toma con aspecto concluyente la reacomodación de los pensamientos, las percepciones de las creencias del conglomerado social, determinadas como las mismas reglas de comportamiento que la sociedad establece. De esta manera, Rebolledo en su experimento de tipo cuasiexperimental sobre jóvenes de 12 y 14 de los estratos 1 y 2, dentro de unos pre test y post test, que evidentemente logro detectar las condiciones que precipitan la intimidación (contexto) y las consecuencias en el comportamiento de los estudiantes que mantenían los roles establecidos en la dinámica grupal de víctimas o intimidadores (función).

Respecto al protocolo tuvo su base inicial en Dan Olweus (1996) y después modificado por (Rebolledo, 2009), quien determino las nuevas bases teóricas, a partir del manejo de once sesiones consecutivas,

En conclusión los datos obtenidos en la investigación mencionada determinan que el tratamiento fue efectivo disminuyendo las conductas de intimidación en el grupo experimental y aumentando las conductas prosociales en el mismo. Vale recalcar que dentro de la discusión de esta investigación se sugiere la necesidad de aumentar las sesiones y enfatizar o repetir sesiones relacionadas en resolución de problemas, autocontrol y negociación, las cuales se retoman en el protocolo de Henao y Pérez (2011), así mismo se resalta la importancia de implementar estrategias ambientales y relacionar las actividades del programa con los demás procesos o actividades de la institución (Rebolledo, 2009). En el que su trabajo obtuvo satisfactorios resultados sobre el grupo experimental, determinando así la eficacia de su planteamiento o programa. Se ha de tener en cuenta que los factores como el tipo de enseñanza impartida, ya sea tradicional o activa, el tipo de institución, privada o pública, las políticas opcionales educativas, la disciplina que se orienten en la Instituciones, la población en donde se desarrolle este programa, como el estrato, raza, edad, historia familiar, entre otros, son tenidos en cuenta para el diseño de este programa.

Cabe destacar que es una ventaja muy grande dentro de este proceso de aplicación del protocolo de Henao y Pérez (2011), el entrenamiento a Psicólogos hace más efectivo el proceso, pues son los mejores representantes para conducir el programa ya que están capacitados para estudiar la conducta y el comportamiento humano.

En este sentido, el fortalecimiento de los valores en infantes y adolescentes contribuye a minimizar los niveles del bullying, de aquí la validez de esta investigación en lograr disminuir los niveles de este flagelo tan extendido a través de los tiempos.

### **Definición De Términos Básicos**

**Bullying:** El acoso escolar o Bullying se puede definir como formas de actitudes agresivas, intencionadas y repetidas, que ocurren sin motivación evidentes, adoptadas por uno o más estudiantes contra otro u otros. El que acosa lo hace para imponer su poder sobre el otro, a través de constantes amenazas, insultos, agresiones, vejaciones, etc., y así tenerlo bajo su completo dominio a lo largo de meses e incluso años. El acosado sufre calado en la mayoría de los casos. El maltrato intimidatorio le hará sentir dolor, angustia, miedo, ansiedad, a tal punto que, en algunos casos puede llevarle a consecuencias devastadoras como el suicidio.

**Agresión:** es un ataque no provocado o un acto belicoso y también la práctica o hábito de ser agresivo o belicoso. Para la psicología es una tendencia o conducta hostil o destructiva. Es cualquier secuencia de conducta cuya respuesta de meta es el daño a la persona a la que se dirige.

**Violencia:** es un comportamiento deliberado, que provoca, o puede provocar, daños físicos o psíquicos a otros seres, y se asocia, aunque no necesariamente, con la agresión, ya que también puede ser psíquica o emocional, a través de amenazas u ofensas. Algunas formas de violencia son sancionadas por la ley o por la sociedad, otras son crímenes. Distintas sociedades aplican diversos estándares en cuanto a las formas de violencia que son o no son aceptadas.

**Guerra:** La guerra es la forma de conflicto más grave entre tribus, pueblos o estados. Es una de las más viejas formas de relación de seres humanos. Supone el enfrentamiento organizado de grupos humanos armados, con el propósito de controlar recursos naturales y/o humanos, o el sometimiento y en su caso destrucción del enemigo, y se producen por múltiples causas, entre las que suelen estar el mantenimiento o el cambio de relaciones de poder, dirimir disputas económicas o territoriales.

**Cultura ciudadana:** se trata de un proceso de formación de actitudes y comportamientos que permite a las personas interactuar dentro de la comunidad, respetando los deberes y derechos, de tal manera que pueda ejercer su ciudadanía.

**Convivencia:** es una cualidad de comportamiento grupal, en la que las personas interactúan en el marco del debido respeto y la comprensión de las diferencias de los demás.

**Principios éticos:** los filósofos han intentado determinar la bondad en la conducta de acuerdo con dos principios fundamentales y han considerado algunos tipos de conducta buenos en sí mismos o buenos porque se adaptan a un modelo moral concreto. El primero implica un valor final o deseable en sí mismo y no solo como un medio para alcanzar un fin. En la historia de la ética hay tres modelos de conducta principales, cada uno de los cuales ha sido

propuesto por varios grupos o individuos como el bien más elevado: la felicidad o placer; el deber, la virtud o la obligación y la perfección, el más completo desarrollo de las potencialidades humanas. Dependiendo del marco social la autoridad invocada para una buena conducta es la voluntad de una deidad el modelo de la naturaleza, o el dominio de la razón. Cuando la voluntad de una deidad es la autoridad, la obediencia a los mandamientos divinos o a los textos bíblicos supone la pauta de conducta aceptada. Si el modelo de autoridad es la naturaleza, la pauta es la conformidad con las casualidades atribuidas a la naturaleza humana. Cuando rige la razón, se espera que la conducta moral resulte del pensamiento racional.

**La familia:** Grupo social básico creado por vínculos de parentesco o matrimonio presente en todas las sociedades. Idealmente, la familia proporciona a sus miembros protección, compañía, seguridad y socialización. La estructura y el papel de la familia varían según la sociedad. La familia nuclear (dos adultos con sus hijos) es la unidad principal de las sociedades más avanzadas. En otras este núcleo está subordinado a una gran familia con abuelos y otros familiares. Una tercera unidad familiar es la familia monoparental, en la que los hijos viven sólo con el padre o con la madre en situación de soltería, viudedad o divorcio.

**Pacto familiar :** Conjuntamente la familia y el Líder en Desarrollo Familiar o el profesional en el área de las ciencias sociales (cuando no se cuente con el Líder) elaborarán el Pacto Familiar, teniendo como insumos el perfil de vulnerabilidad y generatividad, los compromisos establecidos en la Resolución de Ubicación y la identificación con la familia de su historia familiar.

El Pacto Familiar tiene como propósito potenciar factores protectores y reducir factores de riesgo, y en él se incluirán: metas para su cumplimiento, prioridades, acciones o estrategias y responsables tanto de la entidad



competente que asume el caso, como de la familia, con el fin de determinar y evaluar los avances y transformación progresiva de las condiciones familiares.

**Pautas de crianza:** Son los actos implicados en el proceso del nacimiento y crianza de los hijos. Las prácticas de crianza varían de forma considerable según las sociedades y sus sistemas familiares, economías y niveles de tecnología médica.

**Patrón de conducta:** Patrón de conducta, también denominado pauta de conducta, es el tipo de conducta que sirve como modelo. Los patrones de conducta son normas de carácter específico que sirven de guía para orientar la acción ante circunstancias específicas.

**Proceso de orientación e intervención familiar:** El proceso de orientación e intervención familiar, se refiere a la atención que realiza a la familia, el Líder en Desarrollo Familiar o el profesional.

**Proceso de orientación e intervención familiar:** El proceso de orientación e intervención familiar, se refiere a la atención que realiza a la familia, el Líder en Desarrollo Familiar o el profesional en el área de las ciencias sociales (cuando no se cuente con Líderes), con el fin de fortalecer las relaciones familiares, afianzar el proceso de socialización y formación de los niños, niñas y adolescentes, orientar la resolución de situaciones de dificultad, el manejo asertivo de conflictos y, en general, movilizar el sistema familiar para contribuir con las transformaciones en la vida personal, familiar y social. Así mismo, cuando sea requerido, se brindará atención particularizada para el manejo de situaciones específicas que alteren la dinámica familiar, mediante remisión a servicios especializados.

**Formación y capacitación familiar:** Consiste en desarrollar acciones sistemáticas de formación y capacitación encaminadas a la generación de

estilos de vida saludables y de convivencia pacífica, al reforzamiento o cambio en las pautas de crianza, al fortalecimiento de las relaciones familiares, al manejo efectivo de recursos, la generación de proyectos productivos, y al logro de compromisos en el mejoramiento de las condiciones de vida familiares.

**Protocolo:** El protocolo hace referencia a un conjunto de actividades organizadas en sesiones que comprenden temáticas como los valores, pieza básica para la consolidación de niños y jóvenes con comportamientos y conductas rectas y adecuadas para una convivencia pacífica, así mismo, los derechos como persona en el que al tenerlos identificados se tomaría conciencia de los deberes como ser individual y social, entre otros temas que fortalecen la integridad humana. Este procedimiento recae en detectar el grado de intimidación escolar y conducta pro social en los adolescentes.

**Conducta Prosocial:** Se entiende por conducta pro social toda conducta social positiva con o sin motivación altruista. Positiva significa que no daña, que no es agresiva. A su vez se entiende por motivación altruista el deseo de favorecer al otro con independencia del propio beneficio. Por el contrario, la motivación no altruista es aquella que espera o desea un beneficio propio además del, o por encima del, ajeno. Como se ve, la definición incluye un aspecto conductual (alude a conductas) y otro motivacional (alude a motivaciones).

**Empatía:** La empatía, es tomada como una característica imprescindible de la conducta prosocial, en el que Hoffman (1983) la define como la posibilidad de sincronizar la propia reacción emocional, con el estado emocional de otra persona, llegando a comprender de una manera subjetiva el estado en que se encuentra un individuo. Así como también, la adopción de perspectiva, optando por la tendencia a adoptar el punto de vista cognitivo del otro; la simpatía del que nos hace aceptados entre un grupo y, la posición que produce incomodidad en la persona, a partir de una conducta de intranquilidad,

manifestaciones de tensión, siendo estos rasgos unos acondicionadores para el sentir del otro, como lo describió, (Quejia, 2006).

### **Marco Legal**

El marco legal lo constituye la Carta Magna, el Código del Menor y la Ley 1098, por medio del cual se expide el Código de la Infancia y la Adolescencia.

En la Constitución Política de Colombia se establece en el artículo 44, los derechos fundamentales de los niños, donde se manifiesta expresamente que el derecho de los niños prevalece sobre los derechos de los demás.

El Código del menor, se estableció para garantizar a los niños y niñas su pleno y armonioso desarrollo, donde prevalece el reconocimiento a la igualdad y la dignidad humana sin discriminación alguna.

La ley 1098, en su artículo 2º, tiene por objeto establecer normas sustantivas y procesales para la protección integral de los niños, las niñas y los adolescentes, garantizar el ejercicio de sus derechos y libertades consagrados en los instrumentos internacionales de derechos humanos, en la Constitución Política y en las leyes.

Por último, en la resolución 2343 de 1996, trata en la dimensión ética, actitudes y valores indicadores de logro, que reflejan las pautas de crianza de los niños.

## **MARCO METODOLÓGICO**

### **Tipo De Investigación**

El tipo de investigación que se acopla a este proyecto fue la Cuasi-Experimental, de donde el término cuasi significa casi por lo que un diseño cuasi experimental casi alcanza el nivel de experimental, el criterio que le falta para llegar a este nivel es que no existe ningún tipo de aleatorización, es decir, no hay manera de asegurar la equivalencia inicial de los grupos experimental y control. Se toman grupos que ya están integrados por lo que las unidades de análisis no se asignan al azar ni por paramiento aleatorio. La carencia de aleatorización implica la presencia de posibles problemas de validez tanto interna como externa. La validez interna se ve afectada por el fenómeno de selección, la regresión estadística y el proceso de maduración. La validez externa se ve afectada por la variable población, es decir, resulta difícil determinar a qué población pertenecen los grupos. La estructura de los diseños cuasi experimentales implica usar un diseño solo con pos prueba o uno con pre prueba – pos prueba.

En los Diseños Cuasi-experimentales el experimentador no puede hacer la asignación al azar de los sujetos a los grupos experimentales y de control. Y si puede controlar: cuándo llevar a cabo las observaciones, cuándo aplicar la variable independiente o tratamiento y cuál de los grupos recibirá el tratamiento. Aunque estos diseños no garantizan un nivel de validez interna y externa como en los experimentales, ofrece un grado de validez suficiente, lo que hace muy viable su uso en el campo de la educación y de la psicología. Estos diseños se subdividen en: a) Diseño con grupo de control no equivalente y pretexto, b) Diseño de series temporales, y c) Diseño compensado.

[www.goggle.edu.com](http://www.goggle.edu.com) yahoo.

## **Diseño De Investigación**

### ***Diseño Experimental***

Aquel en que el investigador ejerce control estricto sobre todas las variables del estudio, estos diseños son apropiados para fines, explicativos y comparativos:

**-Comparativos:** Establecer cuál o cuáles de entre un conjunto de variables independientes tienen mayor o diferente incidencia en un cierto fenómeno, como lo relacionado al efecto del bullying a través de la aplicación del protocolo modificado por Henao y Pérez (2011), para el manejo de la intimidación escolar y conducta pro-social en adolescentes de los grados sexto A y B de la Institución Educativa Bello Horizonte, en donde se manejó un grupo observacional (sexto A) y el otro experimental (sexto B)..

### **Población Y Muestra**

La población objeto de esta investigación pertenece a la Institución Educativa Bello Horizonte, ubicada al noroccidente de la capital del departamento del Caquetá, cuenta con un rector, dos coordinadores de disciplina de tanto de la Jornada de la Mañana como de la tarde, 13 profesores en total, quienes poseen una formación superior, en los títulos de licenciados y especialistas. También dentro del personal administrativo se cuenta con una secretaria para las dos jornadas, un contador, un vigilante y las personas encargadas del restaurante escolar. Por otra parte, la planta física es en concreto y contiene en su lado interior dos plantas, con el fin de aprovechar el espacio, dando cabida a la instauración de más salones, esta reconstrucción fue hecha en el año de 2008. De igual manera, cabe destacar, que en la jornada de la mañana se dictan clases a los grados de sexto a once grado de

bachillerato y en la tarde es exclusivamente para impartir educación a los niños de la primaria desde el preescolar hasta grado quinto. El total de estudiante supera los 7000 estudiantes entre niños y adolescentes.

A lo que respecta la identificación de la población en general se tiene, que son personas de los estratos 1 y 2, que en su mayoría son empleados, jornaleros, entre otros oficios, y que su nivel educativo no alcanza el grado de bachiller, lo que se podría decir, que no es una población donde se practique una cultura elevada, más bien, estos conviven con a ignorancia, de aquí deviene una cultura machista, donde los hombres son el sexo “fuerte” y en el que se convive con la violencia intrafamiliar. Esto nos orienta a comprender porque los niños y adolescentes de esta Institución Educativa comparten acciones del bullying.

En cuanto a la muestra se trabajó con 32 adolescentes del grado 6A tomándolo como el grupo de control u observacional y 32 del grado 6B como el grupo experimental, estos jóvenes oscilan entre edades de 12 a 14 años.

### **Técnicas E Instrumentos De Recolección De La Información**

Los instrumentos que se utilizaron para este estudio, se refiere a los apéndices A, B, C, Y D.

En primera instancia la Observación Directa en cada una de las sesiones en el que se detectó el nivel de intimidación escolar y conducta pro social en los estudiantes de la muestra.

**ESCALA DE BULLYING EN EL COLEGIO:** Las características de este instrumento son las siguientes:

Nombre: Escala de Bullying en la Escuela

Autor: Equipo LISIS. Universidad de Valencia. Facultad de Psicología (2008).

Nº de ítems: 22

Tiempo aproximado de aplicación: 6-8 minutos

Población a la que va dirigida: Población en edad escolar.

**Codificación:**

Bullying manifiesto verbal: (ítems 3 + 4 + 6 + 11 + 16 + 20)

Bullying manifiesto físico: (ítems 1 + 9 + 13 + 15)

Bullying relacional: (ítems 2 + 5 + 7 + 8 + 10 + 12 + 14 + 17 + 18 + 19).

**Ítem 21:** Permite conocer si una persona o personas reiteradamente ejercen bullying sobre el sujeto que contesta el cuestionario

**Ítem 22:** Permite conocer la frecuencia con la que ocurren las situaciones descritas en la escala.

**Propiedades psicométricas**

Fiabilidad: La fiabilidad de las sub escalas oscila entre .75 y .91. Según el alfa de Cronbach.

Validez: Esta escala presenta correlaciones positivas con medidas de ansiedad, sintomatología depresiva, estrés percibido, sentimiento de soledad, comunicación familiar negativa y expectativas negativas del profesor (Crik y Grotpeter, 1996; Estévez, Musitu y Herrero, 2005<sup>a</sup>, 2005b; Storch y Masia-Warner, 2004).

**Procedimiento**

El procedimiento consta de cinco fases, de los cuales la primera:

Fase I: consta de la toma de la muestra e información al ente educativo, estudiantes, padres de familia sobre la ejecución del proyecto, la importancia de actualizarse acerca del Bullying, su origen, causas y consecuencias, la aplicación del protocolo modificado por Henao y Pérez (2011), para el manejo de la intimidación escolar y conducta pro-social en adolescentes, como también la aprobación para colaborar en la investigación.

***Fase II: Entrenamiento a observadores.***

Se les oriento a tres personas sobre el proceso de aplicación del protocolo, para así dar inicio a las observaciones antes, durante y después de ejecutado el proyecto, en el lapso de dos semanas consecutivas.

***Fase III: Aplicación del Protocolo***

Las observaciones se realizaron en el mes de febrero de 2013, en una semana y luego se aplicaron las pruebas pre-test. Posteriormente, se aplicó la lista de chequeo a los profesores que impartían clase a los estudiantes seleccionados para el estudio, con el objetivo de identificar conductas de intimidación y así tener una visión más amplia de los estudiantes objeto de estudio.

Consecutivamente, devino la aplicación del Protocolo de Intervención de Conductas de Intimidación y Promoción de la Conducta Pro-Social durante tres semanas, con una duración de dos horas cada sesión, y observación semanal por parte de los estudiantes entrenados y del personal a cargo de la investigación.

En última instancia la ejecución de las sesiones como tal, dentro del grupo experimental y realizando una comparación con el grupo control o llamado grupo observacional.

***Fase IV: Seguimiento.***

Luego a la aplicación del protocolo se registraron observaciones durante las dos semanas mencionadas.



### ***Fase V: Análisis de resultados.***

Y como último paso, la aplicación del Protocolo, de acuerdo a datos recogidos se aplicó el análisis estadístico y clínico de la investigación que conllevaron a unas conclusiones y recomendaciones en concreto de todo el proceso investigativo.

### **Consideraciones Éticas.**

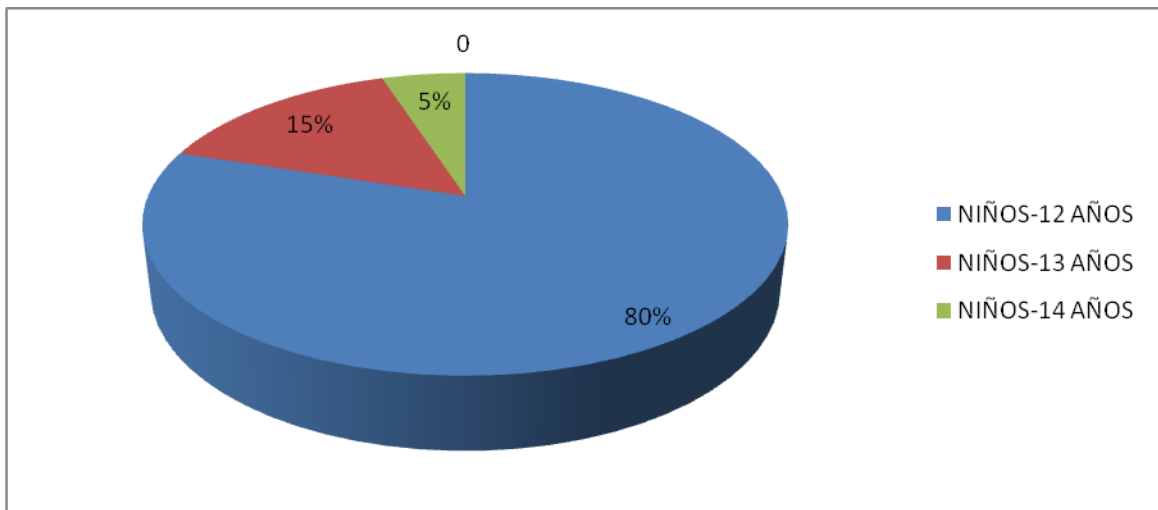
Estas consideraciones tuvieron su inicio desde la aprobación de las directivas de la Institución, el Consentimiento Informado de los padres y del Asentimiento de los estudiantes. Seguidamente, se les ofreció un compromiso el de respetar la integridad y el bienestar de todos los participantes de la investigación, donde se les oriento acerca de todo el proceso de la practica investigativa. Se ha de aclarar, que hubo un compromiso ético, tanto con los estudiantes, docentes y padres de familia, en el cumplimiento de los objetivos de la investigación, esto posibilito un trabajo más coordinado y efectivo.

Además, se tuvo en cuenta que las personas que participaron de la investigación tuvieron un acercamiento constante con los investigadores, con el fin de que se les aclararan dudas, o sugerencias. Así mismo, el ejercicio investigativo fue confiable para los participantes, porque se les respeto el derecho de integridad y bienestar.

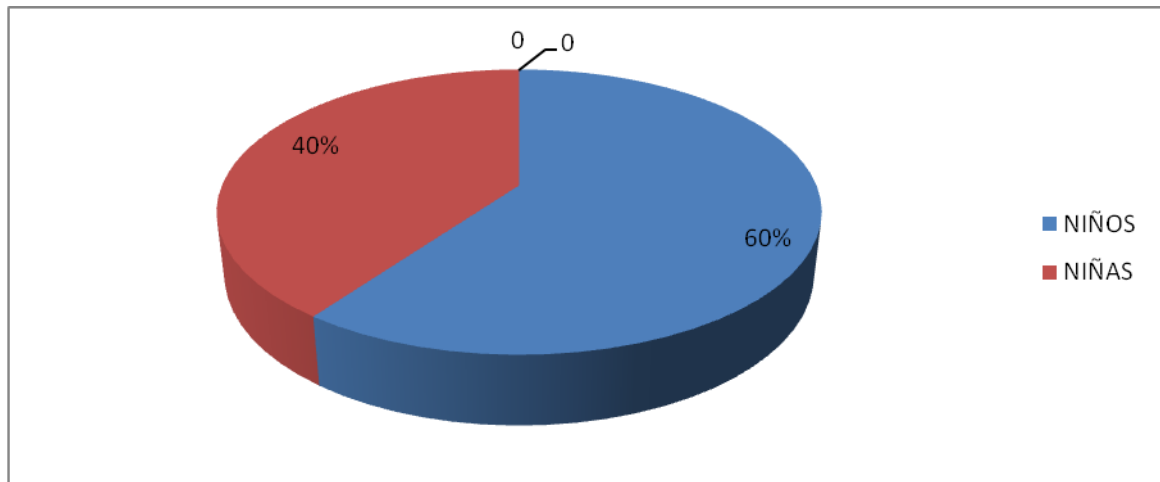
## RESULTADOS Y DISCUSION

Según esta práctica del Protocolo de Intervención de Conductas de Intimidación y Promoción de la Conducta Pro-Social efectuadas al grupo sexto B de La Institución Educativa Bello Horizonte del municipio de Florencia, determino que de los 30 estudiantes de la muestra, el 80 % de los niños tienen 12 años, el 15% tiene 13 años y tan solo el 5% los 14 años, de igual manera, el 60% son niños y un 40% niñas, lo que indica que existe un mayor número de estudiantes de sexo masculino, como lo puede mostrar las siguientes tablas estadísticas en cuanto al porcentaje de la edad y sexo de la muestra.

**Gráfica 1. Edad de la muestra**



**Gráfica 2. Género de la muestra**



Así mismo, se evidencio por medio de observación directa efectuada en cada sesión, que el argot utilizado por la mayoría de las niñas y niños es soez, palabras como hola marica, tonto, pendeja entre otras manifestaciones verbales demuestran una falta de principios éticos y morales que en sus hogares no han sido inculcados, por su parte, las niñas tienen unas posturas inadecuadas e indecentes al sentarse, los niños adolescentes, son tratados unos a otros con un irrespeto palpable, hasta exaltar acciones de bullying unas de otros, golpes en la espalda, pellizcos, apodosos unos a otros, etc.

En este sentido, los jóvenes del sexo masculino representan el mayor índice de intimidación escolar y conducta prosocial, es tan latente esta situación de violencia escolar, que como espectadores de este flagelo existe un sentimiento de tristeza y quizás de culpabilidad, por cuanto como agentes conductores de los aspectos psicosociales de niños y jóvenes, no habíamos emprendido una investigación o investigaciones para mitigar esta problemática que carcome figurativamente la integridad de los mismos.

Por otro lado, fue latente, en un porcentaje bajo, que indico los estudiantes posiblemente agredidos, unos rasgos en al que se mostraron

inseguros y presentaron dificultad en su autoestima; esto nos conduce a que los niños se perciben asimismo en términos de su apariencia física, de sus acciones y capacidades; no tienen noción de sus características de “personalidad”; lo que depende en muchos casos de la imagen que tienen de sí los otros, conforme maduran pasan de considerarse a sí mismos de una forma más concreta (Craig, 1990).

Los sentimientos de inseguridad de los adolescentes pueden estar relacionados con el hecho de que durante el período de latencia, pueden tener dificultad para establecer relaciones sociales con sus iguales de un modo sano, ya que se requiere la capacidad de aceptar una pérdida de identidad como individuo y hallar satisfacción en una nueva identidad como parte de un grupo (Josselyn, 1948).

Meulen (2003), plantea que existen efectos a largo plazo en los niños y niñas maltratados; generando en estos, dificultad para hacer amigos, inseguridad y sentimientos de aislamiento.

Schaefer (1996, citado por Meulen, 2003), encontró en las víctimas de maltrato una autoestima más baja y un estilo de apego inseguro. Se produce en la víctima una pérdida de confianza en sí mismo(a) y en los demás, una baja autoestima, pudiendo llegar incluso a un sentimiento de culpa, (Blanchard, 2007), como lo refleja a diario las víctimas del bullying, que se sienten inválidos para defenderse ante los agresores.

A su vez, en igual proporción a la anterior expresada, los niños y niñas evaluados se vinculan afectivamente a los demás de manera fóbica;

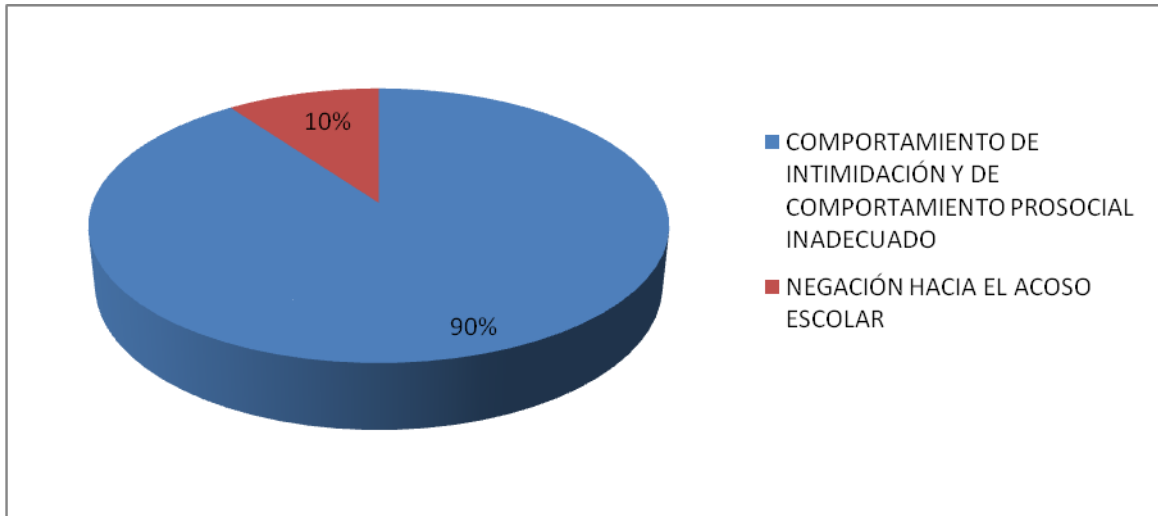
Esto concuerda con lo planteado por García (2004).

Las víctimas pasan mucho tiempo tratando de evitar más agresiones, escapando de los agresores o buscando lugares en los que se sientan

confiados en el comedor del colegio, o donde haya un espacio más concurrido, con el fin de evitar ser agredidos, esto los convierte en agentes pasivos, que buscan la protección en otros, porque no son capaces de enfrentarse por sí solos ante esta situación.

En este sentido, la aplicación del Protocolo, dio como resultado desde la primera sesión, unos estudiantes motivados por desarrollar cada una de las actividades, fueron exteriorizando, su mundo familiar como foco de violencia, y del manejo de antivalores, donde son tratados sin la mínima consideración por sus padres o tenedores, donde el nivel educativo de estos es muy bajo, y más bien se comparte una cultura de maltrato intrafamiliar, entonces estos jóvenes, quieren destierra su rabia, dolor y descontento, recibido en su entorno familiar hacia la escuela o colegio, donde propician acciones de bullying, y donde el personal docente parece inmune a este flagelo, pues ven las agresiones y no hacen nada para controlar la situación. Así mismo, la apropiaron del tema, logro llenar la atención y concentración entre los participantes, quienes observaron con mucha atención el video acerca del "Bullying Dance", respondieron de una manera coherente a las preguntas, sobre el Bullying, e incluso se realizó un ejercicio del relato de anécdotas propias y de cuentos, donde los jóvenes expresaron que en sus casas era muy común, la presencia de la violencia intrafamiliar, que el dolor de ellos frente a esta situación era indescriptible y que al llegar al colegio, veían un espacio para desahogarse, creando intimidación entre sus compañeros, que eran conscientes de que se propasaban porque agredían de forma injusta a sus compañeros, pero que eso era una manifestación que a la vez les satisfacía. Entonces, se puede traducir en esta sesión que el 90% de los jóvenes son agresivos como lo demuestra la siguiente gráfica.

**Gráfica 3. Sesión 1. Agresivo yo?**



**Fotografía 1. Estudiantes del grado Sexto B haciendo comentarios acerca del video bance bullying**

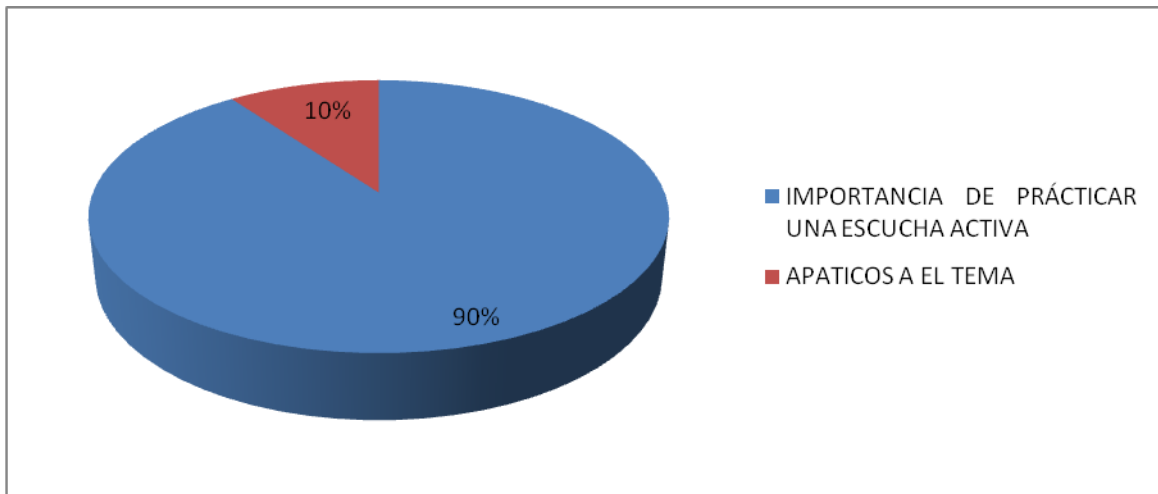


Fuente: presente investigación

El 90% mostro un comportamiento de intimidación y de comportamiento prosocial inadecuado, donde tan solo un 10% demostró la negación hacia el acoso escolar, dejando por evidencia unos jóvenes actores del bullying, que no han tenido desde sus hogares unos patrones de conducta, una práctica en

valores que los convierta en unas personas aptas para compartir con los demás sus ideas, sentimientos, que definan un comportamiento humano en la escala del crecimiento personal y social.

**Gráfica 4. Sesión 2. El que no escucha pierde.**



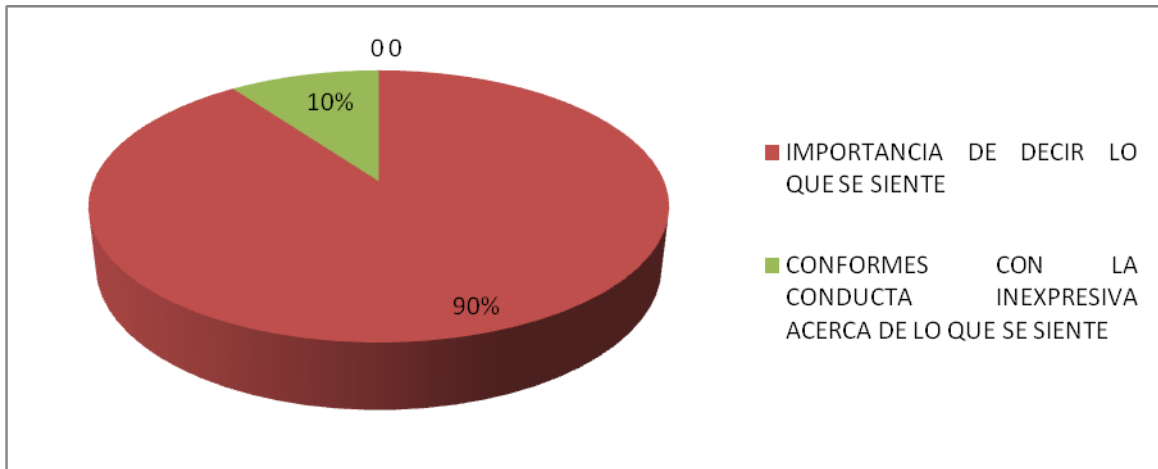
**Fotografía 2. Actividad realizada durante la segunda sesión**



Fuente: presente investigación

El 90% de los estudiantes comprendió la importancia de practicar una escucha activa y de realizar unas competencias sociales, para la obtención de unas buenas relaciones de grupo e interpersonales, el 10% restante se tornaron apáticos hacia el tema.

**Gráfica 5. Sesión 3. Decir lo que se siente'**



**Fotografía 3. Trabajo colectivo acerca de la importancia de expresar lo que siente cada uno**

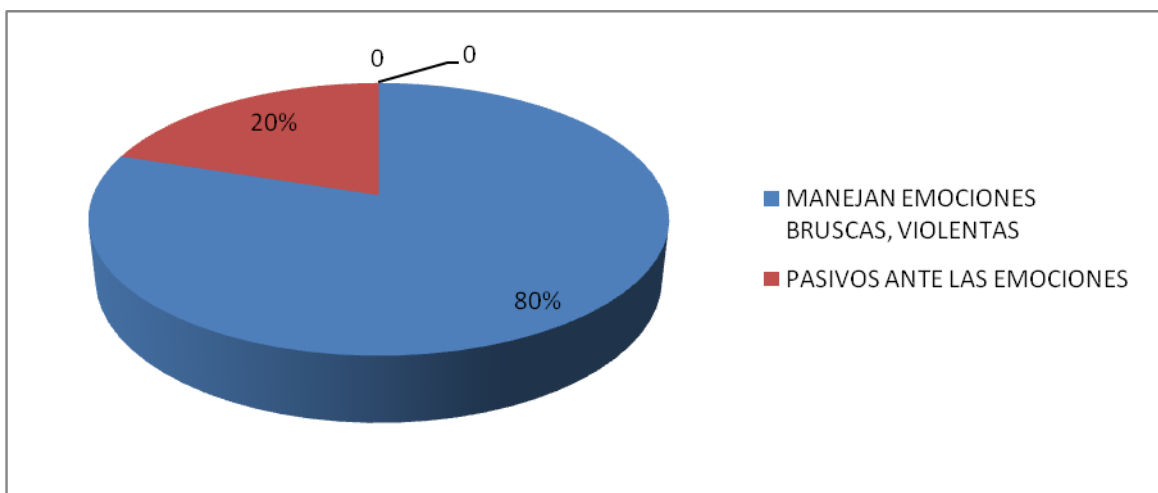


Fuente: presente investigación

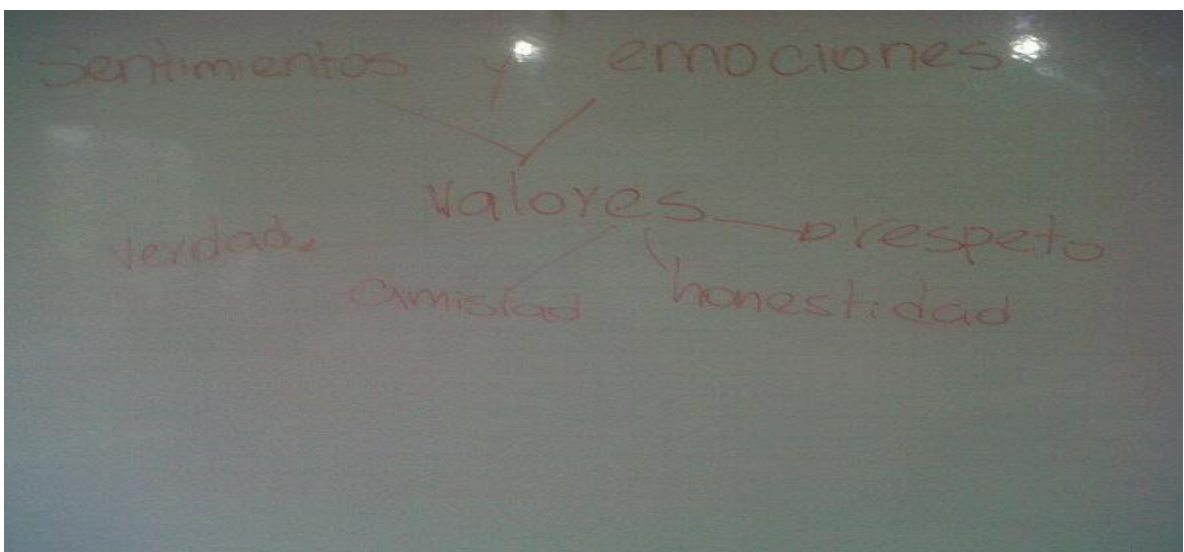


El 90% de los estudiantes entendió que es importante decir lo que se siente para no crear resentimientos que después recaigan en acciones violentas. El 10% presentó un grado de conformidad con su estado de silencio y de falta de expresividad ante las situaciones que se le presenta en el ambiente escolar.

**Gráfica 6. Sesión 4. Reconociendo las emociones**



**Fotografía 4. Expresiones de los estudiantes**



Fuente: presente investigación

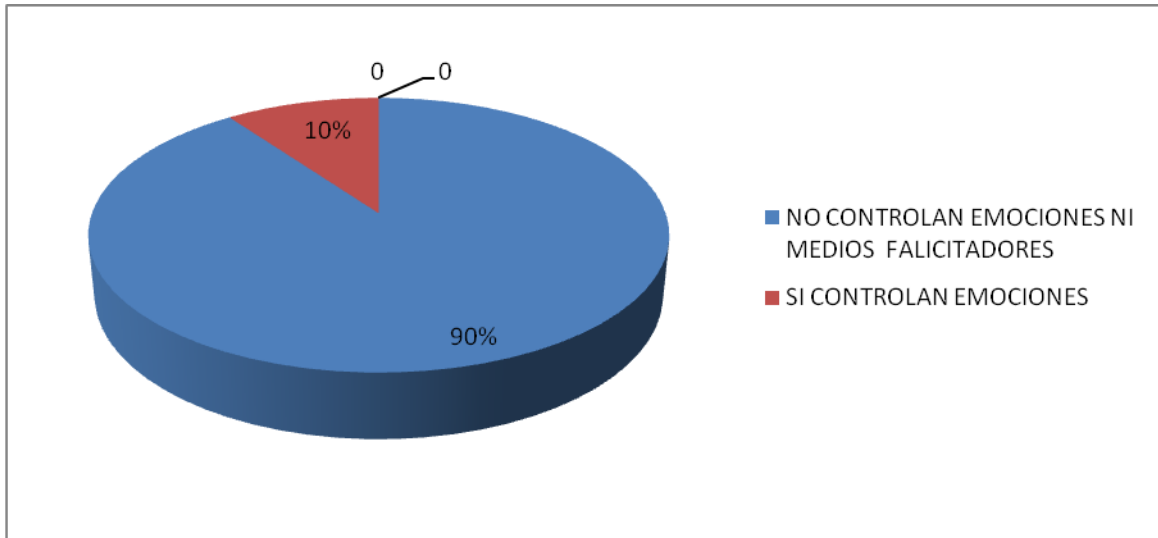
**Fotografía 5. Actividad donde cada estudiante expresa lo que sucedió semanas antes sobre las emociones y sentimientos recibidos**



Fuente: presente investigación

El 80% de los estudiantes reconoció que ellos manejan emociones fuertes, bruscas, violentas y que no han sido reguladas, por ese motivo existe presencia del bullying, EL 20% aseguraron que son pacientes a la hora de recibir emociones.

**Gráfica 7. Sesión 5. Controlando mis emociones**



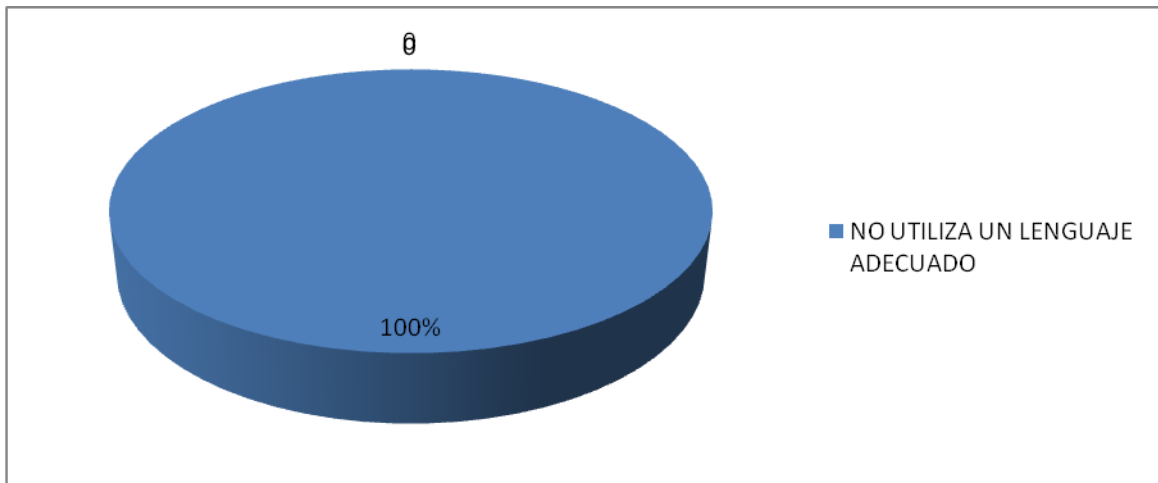
**Fotografía 6. Estudiantes reconociendo los rasgos de emoción unos con otros.**



Fuente: presente investigación

El 90% de los estudiantes reconocen que no controlan sus emociones ni tampoco emplean medios que faciliten su control y el 10% dijeron que a veces controlaban sus emociones y que evitaban enfrentamientos con sus compañeros.

**Gráfica 8. Sesión 6. Qué más puedo hacer para controlar mis emociones?**



**Fotografía 7. Estudiantes leyendo las frases positivas que auguran un control de las emociones**

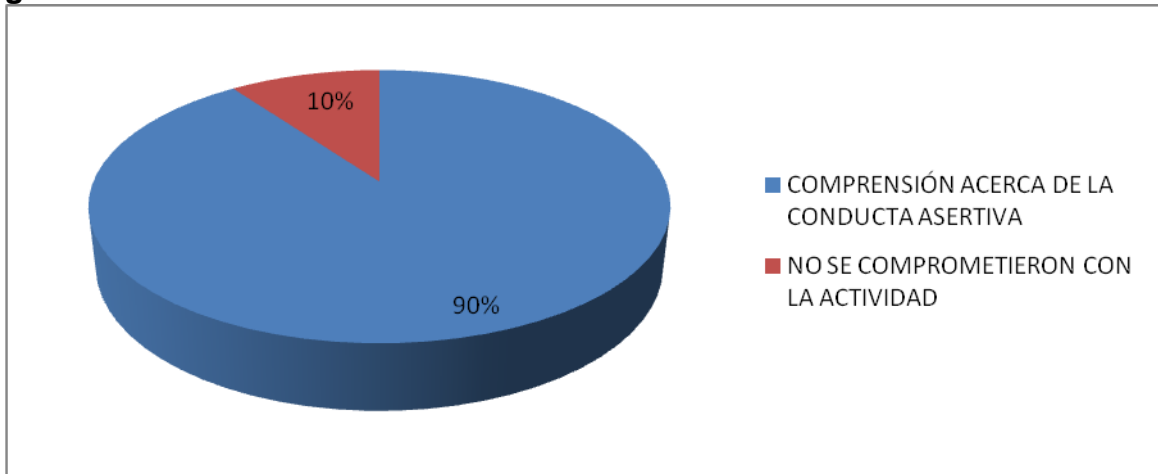


Fuente: presente investigación

El 100%reconocio que no utilizan un lenguaje adecuado para regular los estados de ánimo, por el contrario de su boca salen palabras soeces, y con contenido de violencia verbal, y que esta práctica les abrió un camino hacia el

entendimiento de que es mejor expresar cosas agradables para poder llevar una vida armónica socialmente.

**Gráfica 9. Sesión7. Cómo expresar lo que me gusta y lo que no me gusta?**



**Fotografía 8. Niña comentando acerca de lo que le gusta y no le gusta de su compañero de al lado**

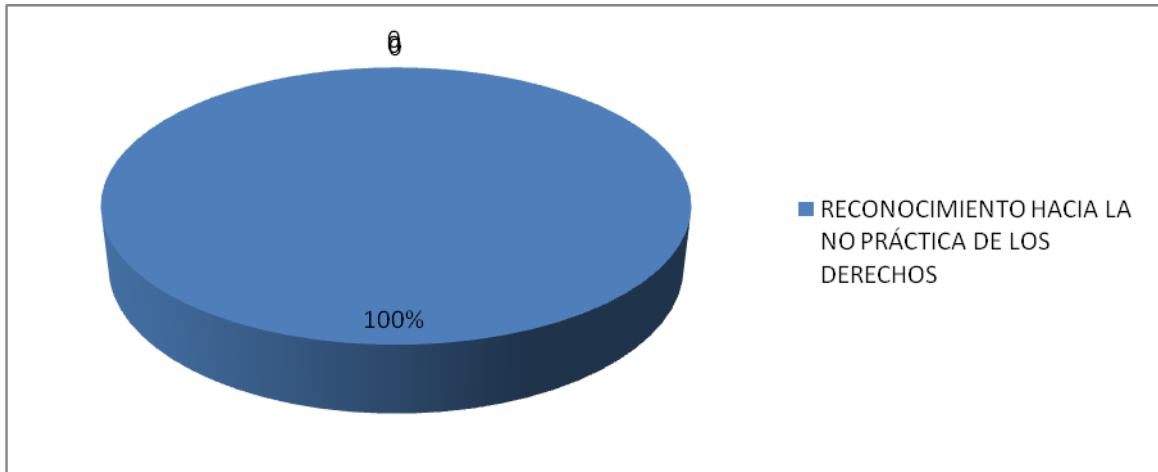


Fuente: presente investigación

El 90% de la muestra comprendió que es importante desarrollar una conducta asertiva que facilite las relaciones entre compañeros, y que las emociones paralelamente sean controladas para evitar reacciones violentas que

más adelante perjudiquen la integridad de los demás compañeros. El 10% no se sintió comprometido con la actividad ni con la intención de ellas.

**Gráfica 10. Sesión 8. Practicando mis derechos**



**Fotografía 9. Cartelera ilustrativa**



Fuente: presente investigación

**Fotografía 10. Desarrollo de la tarea de la sesión sobre los derechos**

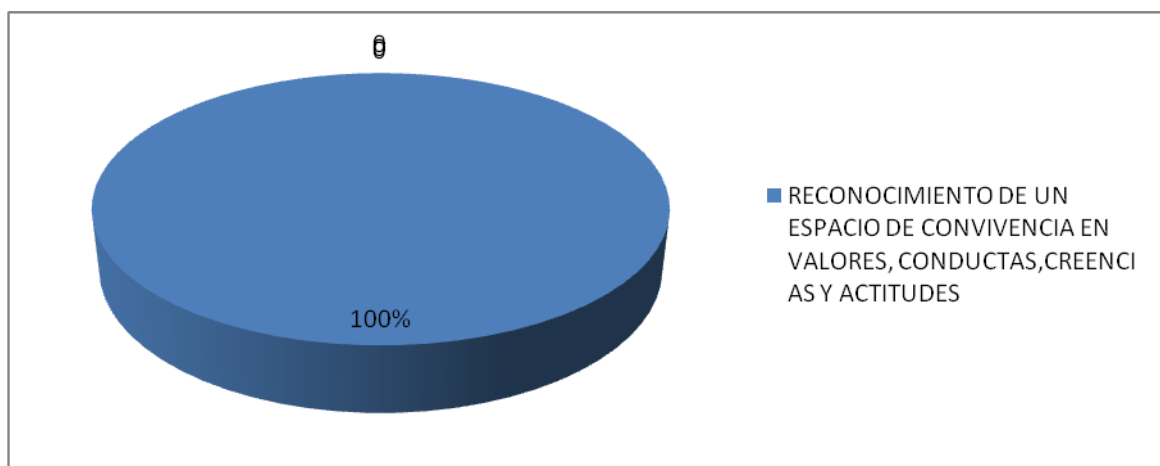




Fuente: presente investigación

A través de esta actividad los estudiantes en su totalidad 100% reconocieron que ellos no practicaban los derechos, que más bien eran unos violadores de los mismos, que la práctica de ellos, del respeto, solidaridad, amor, entre otros evitarían situaciones de bullying, de donde en sus hogares se carece de ellos.

**Gráfica 11. Sesión9. Todos estamos en el mismo planeta.**



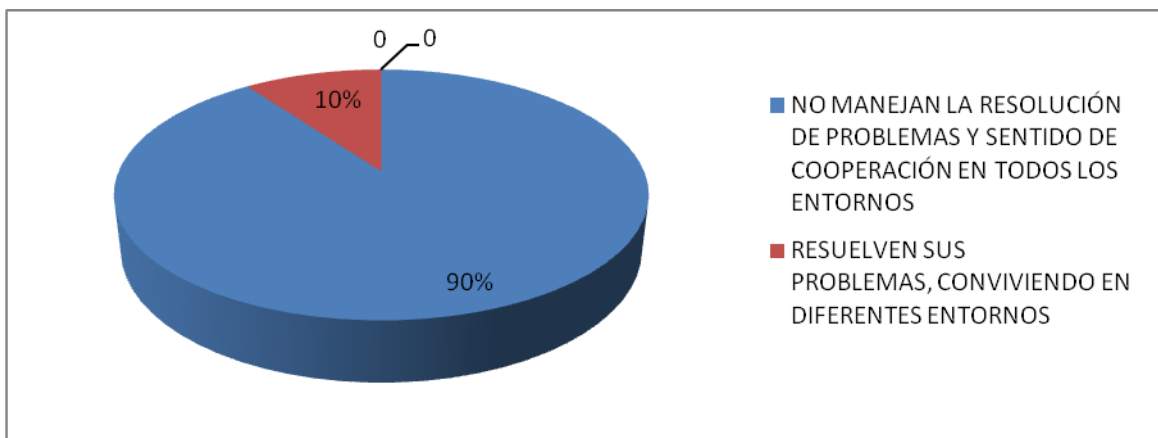
**Fotografía 11. Charla acerca de la forma de aplicación de los valores para adquirir un mejor ambiente en el aula donde se deben aceptar las diferencias, como parte integral del entorno**



Fuente: presente investigación

El 100% de la muestra fueron conscientes de que hay que respetar la diferencia, para ello se hizo necesario describir los valores personales como elementos primordiales que pueden servir como mediadores de conflictos, inducción está muy oportuna para estos jóvenes gestores del bullying.

**Gráfica 12. Sesión 10. ¿Y ahora qué hago?**





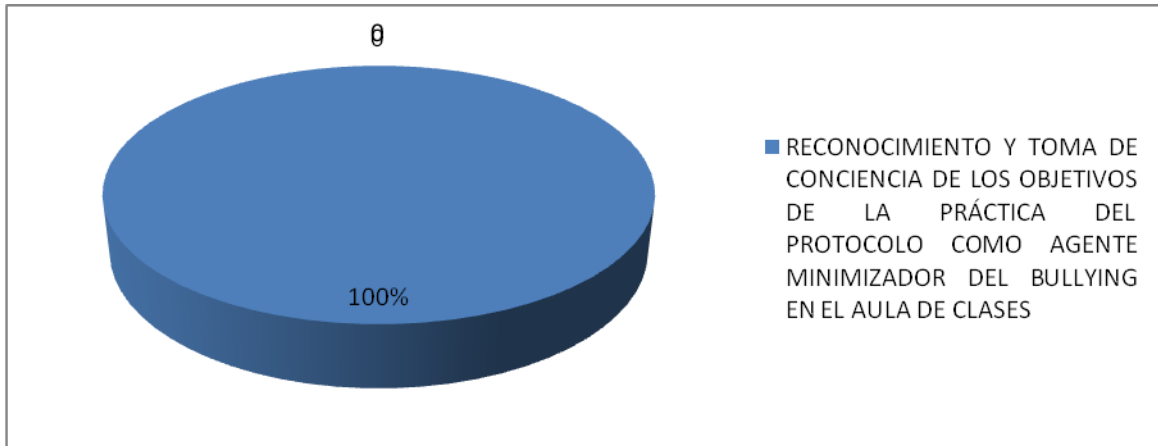
**Fotografía 12. Niños cuestionándose acerca de la orientación de los autores respecto a la manera de manejar las situaciones difíciles y evitar conflictos**



Fuente: presente investigación

El 90% de los estudiantes se dieron cuenta de que no hacían nada por solucionar los problemas entre sus compañeros, más bien eran generadores de problemas, a diferencia de un 10% que según las actividades realizadas demostraron que ellos mismos resolvían sus problemas, lo que indica que esta experiencia les sirvió a la mayoría para que reflexionaran acerca de que es mejor vivir en armonía, en paz con los demás, y optar por ser unos agentes de cooperación de ayuda mutua, desde todos los contextos, familiar, educativo, social, etc.

**Gráfica 13. Sesión11. Terminando el viaje**

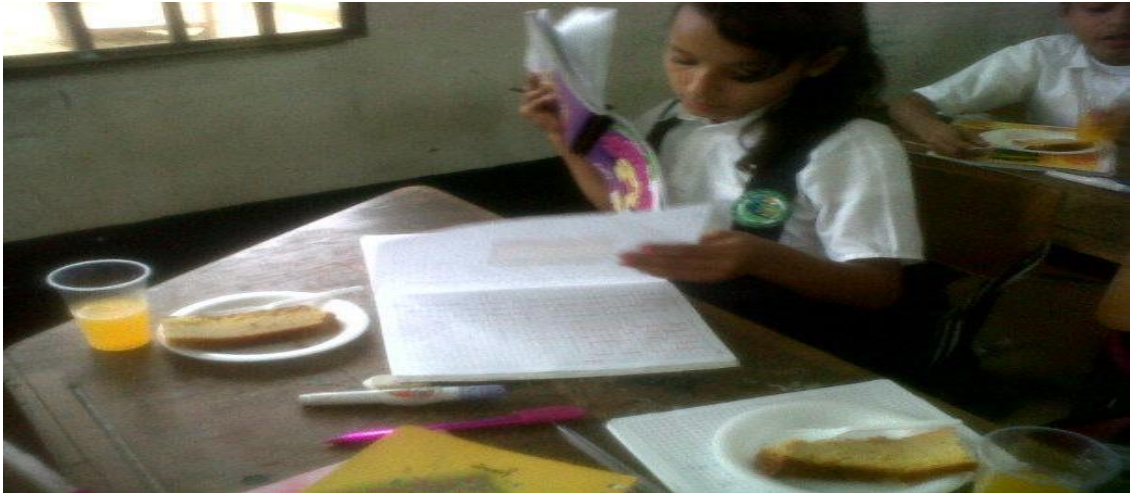


**Fotografía 13. Refrigerio en la celebración de la sesión**



Fuente: presente investigación

**Fotografía 14. Expresiones de alegría de los niños al recibir el refrigerio como muestra de gratitud de parte de los autores del proyecto por haber culminado a cabalidad todo el proceso de aplicación del protocolo**



Fuente: presente investigación

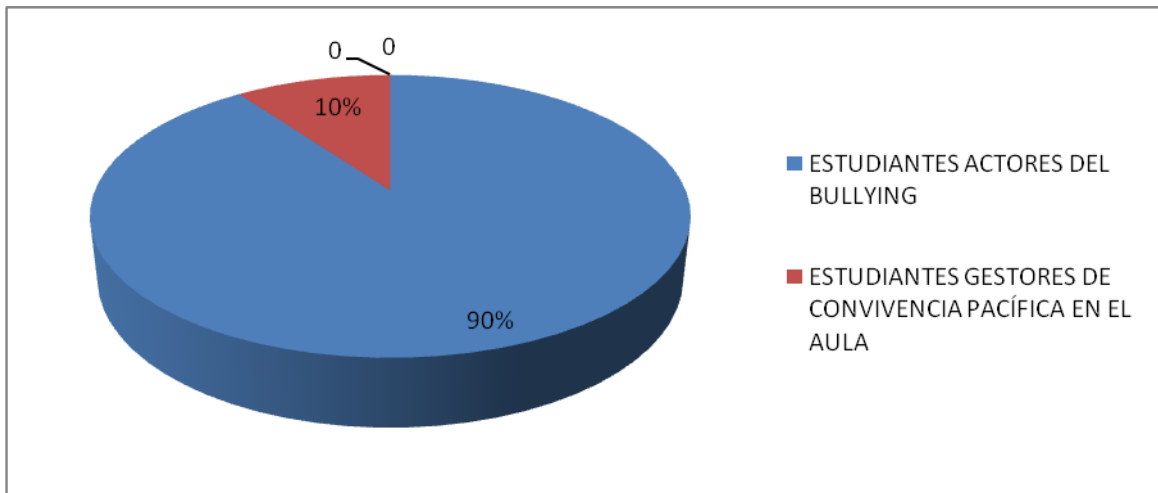
El 100% de los estudiantes tomo conciencia de la práctica de todo este proceso, para el bien individual y colectivo, que como personas nos relacionamos y de esa relación se pueden instituir la permanencia de las amistades, de todo lo que engrandece el alma y el espíritu de las personas, donde los valores priman desde cualquier contexto en que se halle.

De conformidad con lo expuesto, se evidencio en la institución educativa Bello Horizonte, el panorama de violencia escolar, donde con la aplicación del protocolo fue mermando el comportamiento violento entre los participantes, quedando de antemano una razón valedera para asegurar que la aplicación del protocolo si es un medio para minimizar la problemática del bullying. Y que se puede emitir un resultado favorable de reducción de bullyng, de donde el 60% de los participantes modero su forma de comportarse.

En consecuencia se pudo observar, que la confiabilidad de los instrumentos aplicados logro apuntar con un 99,99 % frente a los resultados obtenidos de los ejercicios o actividades efectuadas antes, durante y después de la aplicación del proyecto, donde:

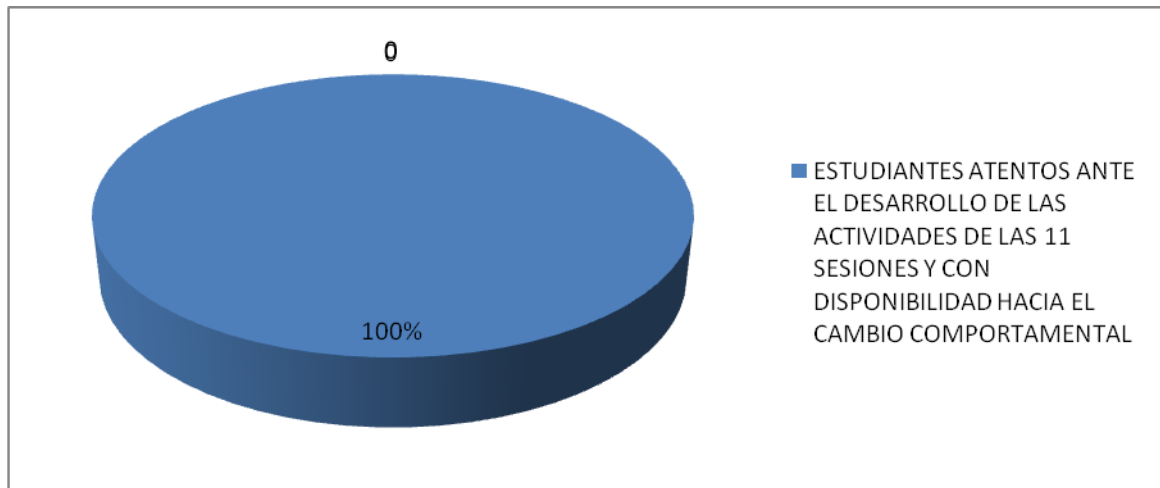
Los estudiantes de la muestra antes de aplicado el proyecto demostraron un alto nivel de agresividad entre ellos, que se traduce en un 90%, lo que se traducía a situaciones de bullying de una manera marcada y permanente.

**Gráfica 14. Antes de la práctica del protocolo**



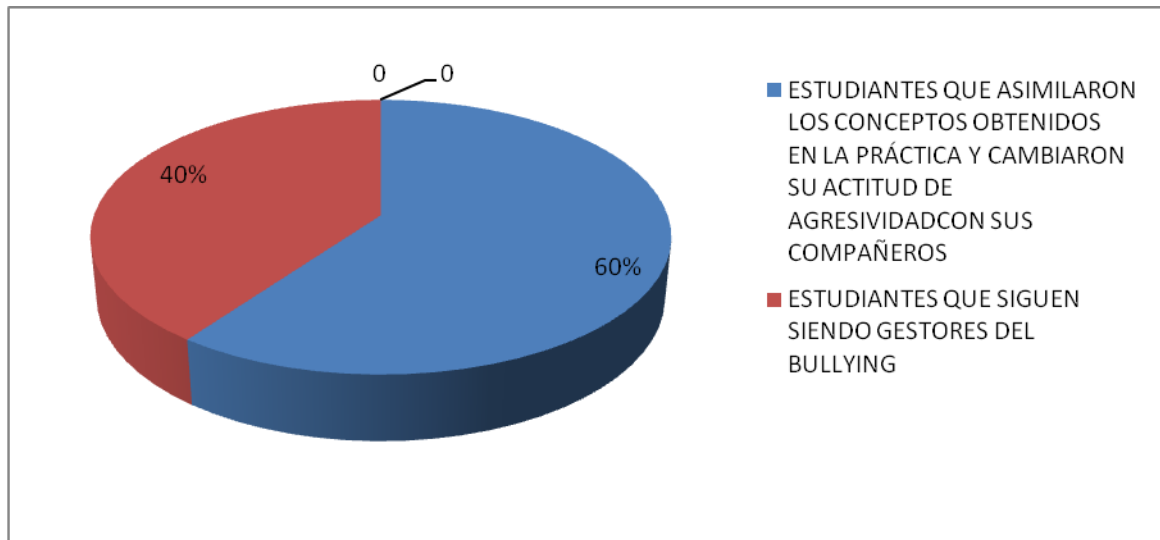
El durante se dio en un proceso de total voluntad propia hacia la toma de conciencia frente a las posiciones de bullying en el aula y en todo el entorno del colegio, donde los estudiantes estuvieron atentos a seguir paso a paso con las sesiones, y no solamente para dejar la experiencia allí en el aula sino también, expresando a su familia los beneficios obtenidos en la práctica. Grafica de un 100% de atención al proceso de aplicación del protocolo por los participantes.

**Gráfica 15. Durante la práctica del protocolo**



Y el después, se puede decir que se respira una mejor convivencia pacífica sobre un 60% en el aula del grado sexto B, que los estudiantes comprendieron la importancia de aplicar los derechos, deberes y de la práctica diaria de los valores, en el que este último es el epicentro del hallazgo de una convivencia pacífica para cualquier tipo de grupo social, y se ha de recalcar que es en el hogar donde se cimientan estos valores, esto significa, que si por ejemplo un menor no recibe cariño, amor y afecto en su casa, donde se ha de recordar que en la infancia el ser humano construye la plataforma del prototipo de hombre para el mañana, por eso es primordial una educación en el hogar basada en la práctica de valores, es decir, esta situación de formarse en valores en su núcleo familiar es lo más indispensable para su buen desarrollo integral, dando una respuesta lógica y coherente, en el niño que comparte violencia en su hogar, y que se proyecte con sus relaciones entre compañeros, uno más de los gestores del bullying en la escuela o colegio. Gráfica de un 30% de disminución del bullying, después de ejecutado el proceso.

**Gráfica 16. Después de la práctica del protocolo**



Queda como aspecto final de discusión, que la aplicación del Protocolo es un minimizador de la problemática del bullying, mas no es un procedimiento que destierre del todo este flagelo, por lo tanto, su aplicación debe ser constante en las instituciones educativas y orientadas preferiblemente por expertos en la materia como lo son los psicólogos y educadores. Cabe destacar, que al haberse trabajado con un grupo de control, este presento una mayor predisposición a la intimidación, con relación al grupo experimental, donde disminuyó el nivel de acosos escolar de forma gradual, porque se ha de tener en cuenta que la aplicación del protocolo, merece una ejecución continua, ya que es un agente minimizador de la problemática bullying.

Considerando lo dicho, se tuvo de acuerdo a la edad del grupo experimenta como de control oscilaron entre los 12 y 14 años, lo que los ubica a estos jóvenes en la edad de la adolescencia, etapa propicia para vivenciar la intimidación escolar (Montañés, & cols, 2009; Méndez y Cerezo, 2010); también se ha de agregar, que los estados de indecisión de los adolescentes permiten que se tome el riesgo de adquirir vicios y manifestaciones que van en detrimento de su desarrollo psicosocial; en este sentido, se hace necesario la intervención de un experto o psicólogo, para que guíen a los adolescentes y a

su tenedores, en una inducción conjunta que sirva de un provecho general, tal como lo definió (Gómez, & cols, 2007).

## **CONCLUSIONES**

El estado actual de intimidación escolar y conducta prosocial en los adolescentes de 12 a 14 años de los grados sexto A y B, fue descrito por medio del test de medición, el cual demarco un alto nivel de bullying, que se dio sobre un porcentaje del 90%, lo que demostró un comportamiento agresivo, desde palabras soeces y vulgares, manifestaciones de pellizcos, patadas, golpes frecuentes, apodos, entre otros donde pareciese que no se están formando personas, donde los docentes y directivos docentes son inmunes frente a esta situación. Lo que define que la hipótesis inicial fue verdadera, al igual que las variables dependiente e independiente sobre el bullying en el grado sexto A Y B de la Institución Educativa Bello Horizonte.

La aplicación del protocolo logro una eficacia del 30% de disminución del bullying, ante la apreciación inicial de un 90% de bullying n el aula de sexto B, esto demostró que a través de este medio se le puede dar una solución inmediata a la problemática, que los fundamentos teóricos de Pérez y Rebolledo son verdaderos, de igual manera, la inducción de los psicólogos hacia el programa, es básico y bastante significativo, para la eficacia de todo el proceso investigativo. Todo esto conduce a un proceso benefactor par toda la comunidad educativa, pues con la disminución del bullying, lo adolescentes presentaran mejores relaciones con sus compañeros, los docentes podrán dictar sus clases con mayor tranquilidad, los padres de familia estarán más confiados del buen comportamiento de sus hijos, los directivos docentes no tendrán porque aplicar medidas extremas contra los agresores del bullying, etc.



El proceso de aplicación del protocolo debe ser un proceso constante en la Institución Educativa Bello Horizonte, teniendo en cuenta que los estudiantes tanto niños como jóvenes son gestores activos del bullying.

## **RECOMENDACIONES**

Se recomienda un proceso permanente en la aplicación del protocolo de Pérez y Rebolledo para todas las Instituciones Educativas de esta localidad,

Es recomendable que cada actor educativo se apropie de la problemática que embarga el bullying y realice gestiones de solución inmediata, tomando un carácter consciente de que también todos somos culpables de que esta problemática, que se haya extendido de forma exagerada, donde persiste una despreocupación de los entes educativos. En consecuencia, la función docente implica amor a la profesión, como verdaderos agentes de solución ante las problemáticas educativas, en el que los profesores deben irse desprendiendo del factor dinero que devenga de esta actividad, porque cuando se realiza un trabajo solo por el interés de la plata, se pierde la condición vocacional docente.

Se debe implementar procesos alternos de aplicación del protocolo y de manejo de violencia intrafamiliar, teniendo en cuenta que el bullying en los adolescentes es generado desde el entorno familiar, donde los padres son los primeros gestores del mismo.

Se debe realizar un programa educativo minimizador de esta problemática tanto para padres de familia como para niños y jóvenes de todas las instituciones educativas del país.

El gobierno como ente constitucional, debería impartir una ley para contrarrestar el flagelo del bullying en las instituciones educativas de todo el país.

Los entes gubernamentales y educativos deben trabajar a la par en función de orientar a la comunidad educativa en general sobre las consecuencias que acarrea el bullying, en el manejo y aplicación de planes para controlar el bullying, esto remite a una presencia continua de estos dos agentes.

## REFERENTES BIBLIOGRAFICOS

Chaux, E., Bustamante, A., Castellanos, M., Chaparro, M.P. & Jiménez, M. (2009). Intimidación escolar y el rol de los testigos. En G.I. Rodríguez (Ed.), Educación en valores y ciudadanía desde una perspectiva práctica. (pp. 83-98). Bogotá: Organización de Estados Iberoamericanos. Editorial Santa María.

Chaux, E., Bustamante, A., & Castellanos, M. (2009). Programa de formación sobre Intimidación Escolar: ¿Cómo identificarla, prevenirla y manejarla?. Universidad de los Andes.

Cerezo, F. (2006). Violencia y victimización entre escolares: El bullying, estrategias de identificación a través del test Bull-s. España. Revista Electrónica de investigación psicoeducativa, 94(2), 333-352.

Collell, J., Escudé, C. (2006). El acoso escolar un enfoque psicopatológico. Anuario de psicología clínica y de la salud, 2, 9-14.

Davis, S. (2008). *Crecer sin miedo: Estrategias positivas para controlar el acoso escolar o bullying*. Bogotá: Norma.

Henao, A. Pérez, S. (2011). Efecto de la Aplicación del Protocolo Modificado de Intervención para el Manejo de la Intimidación Escolar y la Conducta Prosocial en jóvenes. Tesis (Magíster en Psicología Clínica) Fundación Universitaria Konrad Lorenz. Facultad de Psicología.

Merino, E. (2005). Educar en valores, educar por los derechos humanos: la reflexión y el diálogo como estrategias mediadoras para la prevención y resolución de conflictos. *Revista Iberoamericana*, 37, 5.

Olweus, D. (1993). *Bullying at school: What we know and what we can do*. Madrid: Ediciones Morata.

Olweus, D. (2006). *Conductas de acoso y amenaza entre escolares*. Madrid: Ediciones Morata.

## APÉNDICES

### Apéndice A. Proceso de sesiones del protocolo.

#### SESION 1 ¿AGRESIVO YO?

##### **Objetivo general:**

Sensibilizar a jóvenes entre los 12-14 años de edad acerca de los efectos de los comportamientos de intimidación y el beneficio de presentar comportamientos pro-sociales.

##### **Objetivos específicos:**

- Describir indicadores del comportamiento de intimidación.
- Identificar comportamientos pro-sociales.

##### **Indicador de logro:**

##### **Los jóvenes estarán en capacidad de:**

- Identificar y expresar, por medio de verbalizaciones, las conductas de intimidación que observan o realizan en su entorno.
- Describir por escrito, con una frase, los efectos que pueden tener estas conductas de intimidación en su entorno.
- Identificar una conducta, sea que ellos la realicen o que la observen en otros, que corresponda a conductas prosociales, una acción que corresponda al repertorio emocional y un pensamiento relacionado con estos comportamientos.

##### *Agenda:*

- Dinámica de presentación 20 min.
- Presentación de objetivos 5 min.

- Descripción de la metodología 5 min.
- Descripción de la metodología 5 min
- Establecimiento de normas para el desarrollo de las sesiones y
- Firma de contrato conductual 20 min.
- Actividad central: proyección de video sobre conductas intimidación 40 min.
- Relación del tema a tratar en esta sesión con las demás temáticas 20 min.
- Conclusiones 5 min.
- Asignación de tareas 5 min.

*Desarrollo:*

El facilitador realizará una dinámica con el fin de integrar el grupo en un ambiente de juego y educación. Los miembros del grupo se sitúan en el centro del salón, sentados y en posición circular. El facilitador explica a los jugadores que en sus manos tiene una bola imaginaria, mostrando esto mímicamente. Les informa que esa bola tiene la capacidad de transformarse en el objeto que quiera la persona que la tiene en sus manos, y el facilitador representa mímicamente el objeto en que se ha convertido la bola imaginaria (por ejemplo, me llamo... y la bola se transforma en un paraguas). El juego consiste en que los jugadores adivinen el objeto en que se ha convertido la bola, diciendo en alto todas las posibles soluciones que se les ocurran. Cuando lo adivinan, el adulto pasa la bola imaginaria a otro jugador, que sale al centro y tiene que decir su nombre y representar de nuevo mímicamente para sus compañeros en qué se ha convertido esta vez la bola. Así sucesivamente, hasta que cada participante haya transformado la bola en algún objeto imaginario, al menos en una ocasión. La transformación de la bola se realizará por orden en el sentido de las agujas del reloj. Esta dinámica pretende generar un clima divertido entre los estudiantes e identificar los nombres de los participantes por parte del facilitador.

El facilitador mediante el uso de una presentación en Power Point presentará la metodología del programa, explicará que cada semana se realizará una sesión de dos horas cada una; el programa tendrá una duración de 12 semanas y está compuesto por diferentes actividades en las cuales cada uno de los asistentes tendrá una participación activa. En esta sesión se informará acerca de las conductas facilitadoras del proceso, presentadas en una diapositiva, las cuales todos los participantes deberán cumplir en el transcurso de estas 12 semanas. Estas son: todas las opiniones de los participantes son válidas; cuando alguien habla los demás escuchan atentamente; es necesario que todos participen en las actividades; se espera el cumplimiento de tareas y horarios, para la presentación de estas normas se establecerá con el grupo un juego en el que se hablará sobre un viaje que se llevará a cabo durante 12 semanas, y que para ese viaje deben tener una bitácora de viaje, esta será la libreta que se le entregará a cada participante en ese momento y que será utilizada durante todo el programa donde registrarán sus tareas, las cuales recibirán “puntos de bonificación” que acumularán hasta el final de las 12 sesiones, así mismo, el equipaje serán las normas mencionadas anteriormente . Además podrán registrar sus conclusiones y cualquier observación de interés para ellos durante el desarrollo del programa. En esta libreta estarán consignadas las conductas facilitadoras mencionadas anteriormente. El mismo grupo será el que acuerde cuáles serán las sanciones por no llevar el “equipaje completo”, es decir, las tareas que se dejan para cada sesión.

Cada participante firmará el compromiso de seguir las normas y las sanciones establecidas por ellos mismos por no hacerlo; este será fijado en el salón al inicio de cada sesión como una forma de recordar a los participantes los acuerdos establecidos.

A continuación el facilitador presentará a los estudiantes una pequeña reseña acerca de los temas que se trabajarán durante todo el programa (anexo



1). Cada tema deberá ser definido cortamente para preparar y motivar a los participantes ante el programa. Estos temas son:

- Habilidades emocionales: regulación emocional y empatía
- Derechos y valores
- Competencias sociales: asertividad y escucha activa
- Solución de conflictos

Actividad central:

Posterior, a la presentación de conceptos se realiza la actividad central, la cual se basa en una propuesta didáctica de Collell y Escudé (2007). Se presentarán el video “Bully Dance” ([http://www.edu3.cat/Edu3tv/Fitxa?p\\_id=17243](http://www.edu3.cat/Edu3tv/Fitxa?p_id=17243)), el cual es un cortometraje de dibujos de una duración de 10 minutos, producido por UNICEF y National Film Board of Canadá. Identifica las conductas de maltrato entre estudiantes y el proceso de victimización. No hay palabras, visualmente es interesante y la banda sonora es rítmica y acertada. El objetivo es estimular la discusión en el grupo. El facilitador dirá al grupo: “a continuación veremos un video sobre cosas que pasan en el colegio, mirémosla y después haremos un ejercicio sobre ella”. Inmediatamente el facilitador proyecta la película y desarrolla el siguiente ejercicio (Apéndice B):

Instrucciones	Observaciones
Escribe en una hoja de papel, el título que le pondrías a la película y explica en 2 o 3 líneas lo que entendiste sobre lo que pasó. Escribe lo primero que se te venga a la cabeza, cualquier idea es válida, no hay respuestas buenas o malas.	Nos interesa tener la primera impresión de cada alumno, antes de que comenten nada entre ellos. Podemos dejar unos 3 o 4 min. y recogemos las hojas, se socializarán algunas de las respuestas, de forma anónima.
Primero hablemos del final. Que levanten	Preguntamos a algunos alumnos:

Instrucciones	Observaciones
<p>la mano todos los niños y las niñas que les parece que acaba bien.</p>	<p>Y tú, ¿Por qué piensas que se acaba bien? A cada argumento que nos den podemos hacer: <i>Ajá, de acuerdo...</i></p> <p>Suelen decir cosas como que el agresor tiene el castigo que se merece. No lo discutimos, tampoco lo damos por bueno. En todo caso pedimos si podría terminar mejor.</p>
<p>Ahora que levanten la mano todos los niños y las niñas que les parece que se acaba mal.</p>	<p>Preguntamos a algunos alumnos: <i>A tu entender, como debería acabar para decir que termina bien?</i></p> <p>El objetivo es conseguir que la gran mayoría de los alumnos diga que el mejor final sería que acabaran jugando todos juntos.</p> <p>A partir de aquí podemos empezar a hablar puesto que el grupo ha enviado el mensaje al agresor que lo quiere y lo acepta.</p>
<p>Ahora me gustaría que habláramos de lo que pasa en la película, lo que les gustó más y menos, lo que les pareció más interesante...</p>	<p>Se trata que el alumnado, en orden, vaya opinando sobre el tema del maltrato entre alumnos y entre todos ir definiendo los siguientes temas, por ejemplo:</p>
<p><b>El maltrato:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Conductas: físico (pegar, dar empujones, amenazar...), verbal (insultar,</li> </ul>	

Instrucciones	Observaciones
<p>burlarse, hablar mal de uno para que los demás no le sean amigos...), exclusión social (no dejar participar, echar, ignorar...).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· ¿Estas cosas pasan en lugares dónde hay gente o en lugares donde no los ve nadie?</li> </ul> <p style="padding-left: 40px;">La víctima (hormiga):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· ¿La víctima es un niño débil y sin amigos?: hacer ver que al principio sí que tenía amigos y</li> </ul> <p style="padding-left: 40px;">Que a medida que escala el conflicto, lo van dejando sola.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· ¿Qué hace la víctima frente a las agresiones? hace frente, intenta defenderse, huye, llora,</li> </ul> <p style="padding-left: 40px;">Se esconde, lo dice al profe... ¿Pensáis que él solo lo puede parar o necesita ayuda?</p> <p style="padding-left: 40px;">Rol de los espectadores:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· ¿Se dejan llevar o pueden cambiar la situación? (si un no hace nada, ni va a buscar ayuda a un adulto para evitar una agresión se convierte en cómplice).</li> <li>· ¿Por qué no le han ayudado hasta que ha caído del tejado?</li> <li>· ¿Quién habría podido intervenir para poner fin al maltrato?</li> <li>· ¿Por qué los amigos no le ayudan? Qué sienten? (miedo a que les pase el mismo?...)</li> <li>· ¿Por qué en el patio los demás se añaden a las burlas y acaba solo en medio del círculo?</li> </ul> <p style="padding-left: 40px;">(Aquí opera el fenómeno del contagio social: uno por el otro y todos van siguiendo... En un grupo una persona hace cosas que a solas no haría)</p> <p style="padding-left: 40px;">Los agresores (el toro y los seguidores):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· ¿Qué motivos tiene el agresor para hacer daño y asustar a los demás? (se aburre, por Venganza, envidia...)</li> <li>· ¿Por qué lo apoyan los seguidores? ¿Lo harían a solas? ¿Son valientes?</li> <li>· ¿Lo haría si no tuviera seguidores? Es valiente?</li> </ul>	

Instrucciones	Observaciones
<ul style="list-style-type: none"> <li>· ¿Qué le puede pasar al agresor si se acostumbra a ir así por la vida?</li> <li>· ¿Los niños hacen daño a los demás del mismo modo que las niñas?</li> <li>· Los niños y niñas que hacen daño a los demás tienen que comprender que la escuela no permitirá este comportamiento.</li> <li>· A menudo el alumnado propone intimidar al agresor (castigarlo, excluirlo..., hacerle lo mismo que ha hecho); conviene ayudarlos a buscar maneras más prosociales, que digan cosas que pueden hacer los agresores: como parar de hacerlo: hacerles ver que hacen daño, Responsabilizarse, invertir la relación –la ayuda en lugar de la agresión-...</li> <li>Emociones implicadas:             <ul style="list-style-type: none"> <li>· ¿Cómo se siente cada cual? ¿Qué siente el agresor cuando el maestro lo castiga? ¿Qué siente cuando la víctima cae de la azotea? ¿y los espectadores? ¿Son las emociones lo que nos impulsa a hacer cosas, a veces? (el raptó emocional: rabia... y también es interesante considerar los hechos desde el punto de vista de la víctima).</li> <li>· Diferencia entre perjudicar alguien y pedir ayuda a un adulto. ¿Qué es perjudicar a alguien?</li> </ul> </li> <li>A continuación se realizan las siguientes preguntas que no están relacionadas con lo que sucedió en la película; sino con el entorno de los estudiantes:             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Han visto alguna vez escenas como estas en su colegio?</li> <li>- De qué tipo? Alguien vio lo que sucedía? Qué hacían? A quienes ayudaban?</li> <li>- Qué podemos hacer para que se acabe una situación como la observada en la película?</li> </ul> </li> <li>Poco a poco, el facilitador debe llevar a concluir que el maltrato es un problema y que hay que hacer algo para que cese.</li> </ul>	

Instrucciones	Observaciones
Estoy muy contento/a de cómo hemos hablado de este tema, los felicito porque todos han dicho lo que pensaban de verdad y han escuchado qué pensaban los demás. Son un buen grupo.	Aquí damos por terminada la actividad con una frase de reconocimiento, con el objetivo de legitimar a TODOS los alumnos y animarlos a hablar y a escuchar con sinceridad por qué es una buena manera de resolver los problemas y así no nos molestamos, estamos más tranquilos y somos más amigos.

Es importante tener en cuenta que toda la sesión debe ser monitoreada y moderada por el facilitador, a través del registro de las opiniones del grupo y posteriormente el planteamiento de conclusiones precisas ante la discusión formada, pretendiendo que al finalizar la sesión los jóvenes identifiquen, describan y expresen lo que son para ellos los comportamientos de intimidación y los comportamientos pro-sociales a desarrollar.

A continuación el facilitador pide al grupo que por parejas, elaboren dos frases, la primera debe mencionar los efectos que pueden tener las conductas de intimidación en su entorno y la segunda frase debe hablar de los efectos de las conductas prosociales en su entorno.

Conclusiones:

El facilitador guiará a los jóvenes a realizar las conclusiones de la sesión, respondiendo preguntas tales como: ¿qué aprendimos hoy?, ¿qué enseñanza nos deja la observación de este tipo de conductas?

Ante cada respuesta se hará un resumen, escribiendo en el papelógrafo, las formas de expresión de una conducta de intimidación y la diferencia que

existe al relacionarse tomando comportamientos como estos o conductas pro-sociales. Estas conclusiones serán también escritas por cada estudiante en su bitácora (libreta).

*Asignación de tareas:*

Registrar en la bitácora (libreta) asignada a cada joven los comportamientos de intimidación que puedan observar en su entorno. Deberán hacer una descripción de cómo creen que se siente la persona a la que están observando (tanto la que fue sometida a la intimidación como sus victimarios y observadores del hecho). Enfatizar en el carácter anónimo de la tarea. Esta tarea deberá ser traída para la discusión del inicio de la siguiente sesión.

*Tarea:*

En este formato debes registrar las conductas de intimidación que observes durante la siguiente semana, en el ambiente que te rodea. Describe la conducta que estás observando, para cada persona involucrada, víctima, agresor y observador, escribe brevemente lo que crees que sintieron y pensaron cada uno de ellos. Recuerda que es totalmente anónimo.

Protocolo manejo intimidación escolar 87

CONDUCTA DE INTIMIDACION OBSERVADA (SITUACION)	<b>DESCRIBIR...</b>	<b>DESCRIBIR...</b>
	LO QUE SENTIO LA VICTIMA	LO QUE PENSO LA VICTIMA
	LO QUE SENTIO EL OBSERVADOR	LO QUE PENSO EL OBSERVADOR
	LO QUE SENTIO EL AGRESOR	LO QUE PENSO EL AGRESOR
CONDUCTA DE INTIMIDACION OBSERVADA (SITUACION)	<b>DESCRIBIR...</b>	<b>DESCRIBIR...</b>
	LO QUE SENTIO LA VICTIMA	LO QUE PENSO LA VICTIMA
	LO QUE SENTIO EL OBSERVADOR	LO QUE PENSO EL OBSERVADOR
	LO QUE SENTIO EL AGRESOR	LO QUE PENSO EL AGRESOR
CONDUCTA DE INTIMIDACION OBSERVADA (SITUACION)	<b>DESCRIBIR...</b>	<b>DESCRIBIR...</b>
	LO QUE SENTIO LA VICTIMA	LO QUE PENSO LA VICTIMA
	LO QUE SENTIO EL OBSERVADOR	LO QUE PENSO EL OBSERVADOR
	LO QUE SENTIO EL AGRESOR	LO QUE PENSO EL AGRESOR
CONDUCTA DE INTIMIDACION OBSERVADA (SITUACION)	<b>DESCRIBIR...</b>	<b>DESCRIBIR...</b>
	LO QUE SENTIO LA VICTIMA	LO QUE PENSO LA VICTIMA
	LO QUE SENTIO EL OBSERVADOR	LO QUE PENSO EL OBSERVADOR
	LO QUE SENTIO EL AGRESOR	LO QUE PENSO EL AGRESOR

## SESIÓN 2

### EL QUE NO ESCUCHA PIERDE

#### *Objetivo General*

Lograr que los estudiantes comprendan y reconozcan la importancia de la escucha activa, como una competencia social que nos permite relacionarnos mejor con los demás

#### *Objetivos específicos*

- Reconocer las ventajas que tiene el desarrollar la habilidad de escuchar, en pro de una interacción social adecuada.
- Identificar el concepto de competencias sociales.
- Lograr que el estudiante demuestre los conceptos abordados durante la sesión

#### *Indicadores de logro*

- Los estudiantes estarán en capacidad de practicar la escucha activa.

#### Agenda

- |                                 |         |
|---------------------------------|---------|
| • Verificación de asistencia    | 5 min.  |
| • Revisión de la tarea          | 15 min. |
| • Presentación objetivos sesión | 5 min.  |
| • Actividad central             | 40 min. |
| • Presentación conceptos        | 15 min. |
| • Discusión y conclusiones      | 20 min. |
| • Asignación de tareas          | 5 min.  |

[http://youtu.be/hnmlpKCn\\_04](http://youtu.be/hnmlpKCn_04) elementos de la comunicación

Desarrollo



El facilitador revisa la asistencia de los participantes, así como el cumplimiento de la tarea asignada en la sesión anterior, se les pregunta sobre qué opinan de las conductas observadas, cómo se sintieron cuando registraban estas conductas, que piensan sobre las consecuencias de estas conductas en su entorno, se les pregunta si consideran debe hacerse algo al respecto, si creen que pueden o deben hacer algo cada uno para generar un mejor ambiente. Se busca con esto que el grupo se sensibilice sobre el tema y asuma su compromiso para la disminución de estos comportamientos. Acto seguido, desarrollará una dinámica, que tiene como fin discutir la importancia de la escucha activa. El grupo se divide en equipos de cuatro o cinco jugadores. En una bolsa se introducen papeles, cada uno de las cuales tiene una palabra clave. Un jugador extrae al azar un papel y lee en alto la palabra, por ejemplo, discusión. A partir de esa palabra, cada equipo, durante 10 minutos, debe inventar una historia o cuento de forma cooperativa, es decir, con la contribución de todos. La cooperación se planteará de forma sistemática, es decir, por orden; cada jugador inventa un trozo de la historia aportando dos o tres frases y se detiene, el siguiente jugador continuará aportando datos a la narración, y así sucesivamente hasta que desarrollan una historia con principio, desarrollo y fin, de tal modo que al final todos hayan contribuido a la tarea de grupo. Las historias o cuentos inventados a partir de la palabra clave son registrados por un secretario de cada equipo. En una segunda fase, los miembros del grupo se colocan en un gran círculo, se leen las historias inventadas. Las palabras claves son: violencia, amigos, estudiante, ayuda, solidaridad, miedo, rabia. El facilitador hará preguntas al grupo sobre lo que piensan del ejercicio, qué creen que pasó? Cómo se sintieron? Qué importancia creen que tiene el haber escuchado la historia del compañero?

Finalizada esta actividad, el facilitador explica al grupo utilizando una presentación en Power Point, algunos conceptos sobre competencias sociales y “la importancia de la escucha activa, definición, los elementos que la involucran: 1) la comunicación no verbal y la adopción de cierta postura corporal, que permita transmitirle a la otra persona el mensaje de que realmente le estamos

prestando atención; 2) la clarificación, que se refiere al hacer preguntas para profundizar y entender mejor lo que el otro está tratando de decir; 3) el parafraseo, que consiste en decir en las propias palabras el mensaje que acabamos de escuchar con el fin de asegurarnos de que lo comprendimos bien; y 4) el reflejo, que implica reconocer verbalmente las emociones del otro para mostrarle que entendemos lo que está sintiendo. Con el fin de aclarar estos puntos, se hará un modelamiento por parte del facilitador en el que se involucren todos los elementos anteriores:

Ejercicio de modelamiento:

Facilitador y un estudiante realizarán el siguiente diálogo que será entregado de manera escrita al estudiante que realiza el ejercicio:

Estudiante: Parce, estoy preocupado por el trabajo de matemáticas porque el profesor nos dijo que eran las páginas 78 y 79, y esas no son ejercicios de fraccionarios.

Facilitador: Mirándolo a los ojos, acercándose al estudiante, utilizando un tono de voz medio, ni muy alto ni muy bajo, le dice, “te preocupa que realicemos los ejercicios que no tienen relación con el tema que estamos viendo?”

Estudiante: Claro, no ves que si no hacemos los ejercicios correctos podemos tirarnos el promedio.

Facilitador: Ah ya entiendo, no pues hagamos una cosa, antes de empezar a hacer los de esas páginas, por qué no le preguntamos a él ahora en el descanso y nos cercioramos que sean esas páginas. Estás de acuerdo?

Estudiante. Ok vamos a preguntarle

Segundo ejercicio de modelamiento, en el cual el estudiante será el que haga uso de los elementos de la escucha activa, también será entregado de forma escrita para que lo actúe:

Facilitador: {exaltado, en voz alta, manoteando, expresión facial de enojo} dice: “Oiga hermano, no, cómo así que lo va a sacar, si él es la ficha clave del equipo, por su culpa vamos a perder este partido

Estudiante: {Tranquilo, en tono de voz suave, contacto visual con el interlocutor, distancia media que indica interés en el tema, sin interrumpir al otro} dice: “veo que estas molesto, por qué? Crees que la expulsión de tu compañero fue injusta?”

Facilitador: Si, porque esa falta no era para tanto

Estudiante: Si tienes razón... una vaina perder el partido!!! Pero recuerda que desde el inicio el entrenador nos entregó el Reglamento... y ahí si paila!!!! Nos toca cumplir... y es que el “man” estiró la pata muy alta y lo golpeó en la cara... y tú sabes que eso da para expulsión. Confiemos en que los otros manes puedan hacer algo!!

Finalizado el ejercicio, el facilitador debe resaltar los elementos que se utilizaron durante el modelamiento, y que fueron mencionados y explicados anteriormente. Luego, el facilitador organizará grupos de cuatro participantes, quienes deberán realizar un dramatizado de historias reales que algunos de ellos hayan experimentado o visto utilizando los elementos de la escucha activa anteriormente explicados y modelados. Se retroalimentará a cada grupo, posterior a su presentación, haciendo énfasis en los aspectos positivos utilizados por el grupo que guarden relación con los elementos claves de la escucha activa, igualmente, se recordarán aquellos que no fueron dramatizados. Al finalizar la sesión, el facilitador pedirá a cada estudiante leer los principios básicos de la escucha activa y los obstáculos en la comunicación (anexo 3) en el que se encuentran conceptos sobre la comunicación y escucha activa y solicitará a algunos estudiantes que comenten sobre lo leído.

## Conclusión

Es importante centrar la atención en la escucha activa y empática, teniendo en cuenta los principios básicos, los pasos y los diferentes obstáculos que no nos permiten o impiden relacionarnos satisfactoriamente con el otro en nuestro contexto.

## Asignación de tareas:

Solicitarle a cada estudiante que durante la semana practique la escucha activa teniendo en cuenta los cuatro elementos explicados, mínimo en cuatro oportunidades y lo registre en su bitácora (libreta), describiendo en qué situación lo hizo, con quien, cómo se sintió, qué pensó y las consecuencias que obtuvo al realizarlo.

## Tarea:

Escribe las cuatro ocasiones que durante la semana practicaste la escucha activa, incluyendo los cuatro elementos vistos en la sesión. Describe la situación, con quien, cómo te sentiste, qué pensaste y las consecuencias que obtuviste al realizarlo y señala con una X lo (s) pasos que utilizaste?

Paso 1: Postura corporal y lenguaje no verbal que indica atención

Paso 2: Clarificación

Paso 3: Parafraseo

Paso 4: Reflejo

Situación 1:				
Pasos utilizados	Con quién	Cómo me sentí	Qué pensé	Consecuencias
1 ____				
2 ____				
3 ____				
4 ____				
Situación 2:				
Pasos utilizados	Con quién	Cómo me sentí	Qué pensé	Consecuencias
1 ____				
2 ____				
3 ____				
4 ____				
Situación 3:				
Pasos utilizados	Con quién	Cómo me sentí	Qué pensé	Consecuencias
1 ____				
2 ____				
3 ____				
4 ____				

Situación 4:				
Pasos utilizados	Con quién	Cómo me sentí	Qué pensé	Consecuencias
1 _____				
2 _____				
3 _____				
4 _____				

### SESION 3

#### DECIR LO QUE SE SIENTE

##### *Objetivo*

Entrenar a los participantes en comunicación asertiva, con el fin de expresar de manera adecuada sentimientos y emociones

##### *Objetivos específicos*

- Entrenar a los estudiantes en la identificación de conductas asertivas y no asertivas.
- Lograr que los estudiantes identifiquen y expresen sentimientos
- Facilitar que los estudiantes identifiquen diferentes emociones y sus manifestaciones físicas en sí mismos y en los demás

##### *Indicadores de logro:*

- Los participantes reconocerán e identificarán diferentes emociones
- Los participantes diferenciarán los tres estilos básicos de comunicación: agresivo, sumiso y asertivo
- Los participantes establecerán las consecuencias de no regular las emociones

##### *Agenda*

- Verificación de asistencia 5 min.
- Revisión de la tarea 15 min.
  
- Presentación objetivos sesión 5 min.
- Práctica respiración 10 min.
- Actividad central 30 min.
- Presentación conceptos 20 min.
- Discusión y conclusiones 20 min.

- Asignación de tareas 5 min.

<http://youtu.be/R55e-uHQna0> comunicación no verbal

<http://youtu.be/nPskeiJW6eo> respiración diafragmática

<http://youtu.be/AjBpl6wMtY8> didáctico respiración

### *Desarrollo*

Esta sesión se iniciará de la misma forma que la anterior, es decir el facilitador presentará los objetivos a desarrollar y recordará a los participantes lo importante que es la participación de cada uno de ellos en los ejercicios. Se revisa la tarea de la sesión anterior, enfocando la discusión en las ventajas que trajo para cada uno de los que aplicaron los pasos de la escucha activa en las diferentes situaciones presentadas.

Dado que esta sesión está directamente ligada a la sesión anterior, se realiza un resumen de lo que se ha trabajado en los anteriores ejercicios, para ello se utilizan las tareas de las dos sesiones anteriores. El facilitador a través de preguntas orienta a los participantes a que hagan una relación entre las conductas de intimidación registradas y la utilización de los pasos de la escucha activa, preguntarles que creen que pasa si en algunas de estas situaciones se hubieran usado los pasos, si esto pudiera ocasionar consecuencias diferentes y reacciones o emociones diferentes. Se refuerza el focalizar la atención en la escucha activa y empática, recordando nuevamente la importancia de escuchar activamente, siguiendo estos pasos: mirar a los ojos cuando la otra persona habla, asentir con la cabeza si es pertinente y parafrasear cuando la persona termine de hablar, es decir, repetir de forma clara lo que se entendió de la conversación. Los estudiantes deben tener claro que si esto se realiza, no se mal interpreta la conducta de otros y se manifiestan sentimientos apropiados a diferentes situaciones. Este repaso de la sesión anterior servirá para que los estudiantes puedan tener los conceptos tratados más claros y unificados.



El facilitador solicita a cada estudiante que abra su libreta y ubique la página en la que se encuentran escritas las siguientes situaciones problema con el fin de que ellos escriban qué harían en esas situaciones:

“1. Vas a comprar tu bebida favorita y cuando sales de la tienda, te das cuenta que te faltan \$1.000 de cambio y el vendedor insiste en que te dio el cambio correcto. Qué harías?

2. Un compañero te pide que le prestes la tarea de matemáticas que tú demoraste en hacer todo el fin de semana. Qué le dirías a tu compañero?

3. Organizaste una reunión del grupo de estudio para entregar la investigación de sociales, pero dos de los integrantes del grupo no asistieron porque prefirieron ir a jugar X-Box. El día de la entrega de la tarea, te piden que los incluyas en el trabajo. Qué les contestas?

4. Vas a buscar a un amigo a su casa para ir a cine, cuando llegas el amigo está jugando videos entretenido y sale media hora después y llegan tarde al cine, qué harías?

5. Estas descansando, revisando tu facebook, tu mamá te pide que vayas a la tienda a comprar algo del almuerzo, ¿qué harías?

6. Mientras esperas en la cafetería del colegio que el vendedor atienda a un estudiante que tienes delante de ti, otro estudiante pasa por delante de ti y el vendedor lo atiende primero a él, qué harías?

Terminado el ejercicio, el facilitador recoge las hojas y comienza a explicar qué es la asertividad, los diferentes estilos básicos de comunicación y un listado de suposiciones tradicionales erróneas y los legítimos derechos, utilizando presentación de Power Point, en la que se explicará lo siguiente:

El facilitador comienza explicando que los seres humanos viven en un entorno social en que las habilidades que se poseen para entender y comprender al otro, así como para expresarse o comunicar sus opiniones y sentimientos, juegan un papel importante a la hora de desarrollar una relación de cualquier índole con otra persona.

Conductas tan habituales como hablar con un amigo, pedir algo prestado, participar en una reunión de trabajo, decir no a un vendedor o negociar un aumento de sueldo, pueden crear malestar o conflicto a muchas personas. El tener habilidades de asertividad, permite reducir el malestar que se presenta cuando uno de estos eventos ocurren en la vida, sin agredir ni ser agredido, posibilitando también aumentar la capacidad para transmitir a otros las opiniones o sentimientos de manera eficaz y sin sentirse mal por ello.

Ser asertivo significa creer en sí mismo y en sus opiniones, poder relacionarse con los demás de igual a igual, sin sentirse inferior o superior a otra persona. La persona asertiva respeta y es respetada, además, es capaz de defender sus intereses de una manera cordial.

Existen personas que tienen comportamientos pasivos no asertivos, estas suelen no defender sus intereses u opiniones. Se muestran muy pendientes de lo que los demás piensan de ellos y para evitar cualquier tipo de conflicto o discusión, prefieren acatar órdenes o decir sí a todo, aunque vaya en contra de sus opiniones.

Debido a este comportamiento van acumulando rabia y resentimiento que, con el tiempo, provocará arrebatos de agresividad. Muchos de estos individuos que explotan con violentos accesos de ira se caracterizan por una conducta de pasividad e inexpresividad, excepto en estos episodios ocasionales de cólera repentina que injustamente dirigen a personas pertenecientes a su familia con los que tienen más confianza.

Las personas no asertivas no deciden por sí mismas, lo que les impide crear una identidad y, en muchas ocasiones, tienen que resignarse a depender del otro. Se preocupan de entender al otro, pero no a sí mismos. Esa es la diferencia sustancial o primordial entre una persona no asertiva y otra que actúa de una forma parecida y sin embargo lo hace con total desprendimiento y una mayor conciencia.

De esta forma, para ser una persona asertiva se deben seguir los siguientes pasos:

- a. Diferenciar conductas agresiva-pasiva, asertiva y agresiva, y así reconocer su actuación e identificar sus errores.
- b. Darse cuenta de los pensamientos que se presentan diariamente, ya que estos influyen en la conducta y sentimientos.
- c. Expresar sentimientos como “yo pienso”, “yo opino”, sin que estas expresiones sean de acusación a otra persona. Estas expresiones provocan seguridad en cualquier interacción. Ninguna persona puede reprochar a otra acerca de lo que siente, eso le pertenece a ella misma, siempre y cuando se respeten los derechos de los demás.

Finalizada esta conceptualización teórica, el facilitador al azar, leerá algunas de las respuestas del ejercicio anterior, y leerá en voz alta algunas respuestas, pidiéndole al grupo que identifique el estilo de comunicación utilizado, sin identificar el autor de las respuestas. Finalizada esta identificación de estilos de comunicación, el facilitador hará la conexión de este tema con la expresión de emociones y el cómo regularlas a través de respirar adecuadamente y expresar de forma asertiva lo que sentimos, lo que facilita la interacción con otros, para realizarlo retomará algunas de las respuestas, y preguntará al grupo, cuáles creen fueron las emociones involucradas en esas respuestas, se realizará una lista de las emociones planteadas por el grupo, la cual será escrita en el papelógrafo, en este punto el facilitador debe explicar que “la regulación emocional favorece la forma como se relacionan las

personas y si este desarrollo se logra a una temprana edad, los conflictos entre pares que se observan en las escuelas, podrían llegar a ser menores. Por tanto, el entrenamiento en habilidades emocionales permite el control de impulsos, el desarrollo de empatía y asertividad en las relaciones entre jóvenes.

En la medida que estas habilidades hagan parte del repertorio utilizado al relacionarse, los jóvenes podrán disfrutar de una interacción sana y proyectarla en la comunicación que utilizaran en la adultez”.

### *Conclusión*

Esta discusión grupal que se genera al finalizar la sesión llevará a que los estudiantes concluyan acerca de la importancia de la asertividad, las diferencias entre comunicarse de forma sumisa, agresiva y asertiva, las consecuencias que se tienen al comunicarse usando cualquiera de los tres estilos, igualmente, el cómo regular las emociones facilita la expresión asertiva de sentimientos y de opiniones, de tal forma que se expresen sin herir a los otros o soportar que los demás los hieran.

### *Asignación de tareas:*

En esta sesión los estudiantes deberán escribir frases cortas acerca de las debilidades que ven en otros al expresar sus sentimientos en diferentes situaciones. El objetivo de esta tarea será recopilar información que debe ser puesta en común en la siguiente sesión y de esa forma autoevaluar sus propias conductas y expresión de sentimientos.

Tarea

Contesta las siguientes preguntas, escribe todo lo que se te ocurra.

1. ¿Qué me gusta de otras personas que conozco?

---

---

---

2. ¿Qué no me gusta de otras personas que conozco?

---

---

---

---

3. Cuando termines de contestar, vuelve a leer las frases y pregúntate en cada una de ellas: ¿Tengo también yo este defecto?

---

---

---

4. ¿Cuál ha sido la última ocasión que me he comportado así? Describe.

---

---

---

## SESION 4

### RECONOCIENDO LAS EMOCIONES

*Objetivo general:*

Identificar las reacciones emocionales y las consecuencias de no regularlas

Aprender a regular las reacciones emocionales ante determinadas situaciones o personas.

*Objetivos Específicos:*

- Reconocer diferentes emociones propias y ajenas
- Identificar las sensaciones corporales asociadas a las emociones y establecer el lenguaje no verbal asociado a ellas
- Determinar las situaciones que generan reacciones emocionales negativas
- Establecer los pensamientos asociados a las emociones negativas que se tienen en el momento de realizar una conducta.

*Indicadores de logro:*

- Los estudiantes identificarán y describirán las emociones asociadas a diferentes comportamientos e interacciones con el ambiente que los rodea
- Los estudiantes reconocerán las sensaciones físicas que presentan cuando tienen diferentes emociones tanto positivas como negativas
- Los estudiantes establecerán diferentes situaciones y las emociones asociadas a ellas
- Los estudiantes identificarán los pensamientos asociados a las emociones que se presentan en diferentes situaciones y las reacciones conductuales relacionadas.

*Agenda*

- Verificación de asistencia 5 min.

- Revisión de tareas 10 min.
- Presentación de objetivos 5 min.
- Explicación de conceptos 10 min.
- Actividad central 50 min.
- Discusión y reflexión 20 min.
- Conclusiones 10 min.
- Asignación de tareas 10 min.

*Desarrollo*

*<http://youtu.be/kwIM4JXTQX8> La leyenda del espantapájaros*

El facilitador tomará la lista de los nombres del grupo verificando que todos los integrantes del grupo hayan asistido a la sesión y posteriormente, revisará la tarea de la sesión anterior, solicitándoles a algunos de los participantes comparta con el grupo lo registrado en su libreta. Retomará algunos conceptos sobre la expresión de emociones, la definición de asertividad y las consecuencias de ser asertivo.

A continuación, a través de una presentación en Power Point, el facilitador presenta el tema de las emociones, definiéndolas como “un estado afectivo que experimentamos, una reacción subjetiva al ambiente que viene acompañada de cambios orgánicos (fisiológicos y endocrinos) de origen innato, influidos por la experiencia. Las emociones tienen una función adaptativa de nuestro organismo a lo que nos rodea” (Reeve, 1994). La emoción es algo que cambia constantemente, aparece y desaparece e incluso está sometido a variaciones a lo largo de nuestra vida en función de la etapa en la que nos encontramos. Si estamos atravesando una etapa feliz y tranquila, sin problemas o preocupaciones importantes, el estado emocional tiende a ser más estable, aparecen menos emociones de las que luego veremos se llaman "negativas"; si por el contrario estamos en momentos de grandes cambios o aparición de nuevas situaciones (cambiar de casa, de colegio, empezar la etapa de

exámenes, hacer nuevos amigos, etc.) nuestras emociones se ponen en marcha y es más frecuente que aparezcan (tanto las emociones positivas como las negativas).

Posteriormente, el facilitador organiza grupos de cuatro estudiantes a los cuales les entrega revistas y les da las siguientes instrucciones: “Les entrego estas revistas para que recorten figuras o láminas de personas que expresen emociones diferentes, las peguen en el formato (anexo 4) y escriban el nombre de la emoción debajo de cada una de ellas”. Luego, debe organizar el grupo en círculo y le pedirá a los estudiantes que compartan con sus compañeros las emociones que identificaron y las señales (gestos o posturas corporales) que les ayudaron a establecerlas, estas emociones serán escritas por el facilitador en el papelógrafo. Estas emociones serán comparadas con la lista de la sesión anterior, que se elaboró basada en las respuestas que cada uno dio frente a qué harían en diferentes situaciones, con el fin de obtener una lista amplia de emociones. Para hacerlo el facilitador proyectará en una diapositiva las emociones que el grupo identificó en la sesión 3 e irá agregando a la lista del papelógrafo aquellas que no estén incluidas. Al cierre de esta actividad el facilitador concluye que “la expresión de las emociones cumple funciones de gran relevancia para la vida afectiva y social de las personas. En el desarrollo social, los seres humanos comparten un código que podría denominarse universal en cuanto al conjunto de signos que manifiesta cada tipo de emoción. Este lenguaje común de las emociones es tanto verbal como no verbal. Observar una determinada expresión de la cara en el otro nos permite identificar rápidamente en qué estado anímico se encuentra esa persona y esa información ayuda a regular y adaptar nuestra actitud, forma de acercamiento y comunicación y el contenido de la expresión verbal a la hora de dirigirnos a ella. Las emociones por tanto, cumplen una función de adaptación al contexto de las relaciones interpersonales y como elemento de aprendizaje y transmisión cultural, contribuyen al proceso de socialización de los individuos”, lo anterior se presentará mediante una diapositiva.



A continuación, el facilitador le dice al grupo que: “diariamente se presentan muchas situaciones en las que reaccionamos de formas diversas, incluso algunas situaciones no nos generan mayores reacciones, es decir, no nos producen emociones intensas, puede tratarse de situaciones neutrales para nosotros”. Con el fin de que el grupo identifique qué emoción presenta en diferentes situaciones, el facilitador entrega a cada uno una lista de situaciones relacionadas con su entorno en las que se les pide identifiquen la emoción presentada en ese momento (anexo 5). Luego de 10 minutos, el facilitador recoge varias respuestas de los integrantes y establece conclusiones acerca de cómo frente a las mismas situaciones se pueden presentar diferentes emociones y por tanto diferentes reacciones a las mismas. Posteriormente, el facilitador forma parejas y les solicita a cada una, que identifiquen qué sensaciones físicas, qué pensamientos y que reacciones tendrían en estas situaciones según la emoción que identificaron se presentarían en las situaciones reportadas, se les darán 15 minutos para discutirlo entre sí, transcurrido este tiempo, organizará a todo el grupo en mesa redonda y escuchará en plenaria las diferentes respuestas.

### *Conclusiones*

Los participantes deberán reconocer al finalizar la sesión lo importante que es identificar las emociones y los pensamientos cuando se presenta una conducta. El facilitador motivará al grupo de manera asertiva para que genere las conclusiones relacionadas con el reconocimiento de emociones, la importancia de identificar los pensamientos relacionados con esas emociones y cómo estos dirigen la conducta.

### *Asignación de tareas:*

El facilitador solicitará a cada estudiante que registren en su libreta cinco situaciones que le ocurran durante la semana, describiendo lo que sucedió, la



## **SESION 5**

### **CONTROLANDO MIS EMOCIONES**

*Objetivo general:*

Desarrollar estrategias de autocontrol emocional que faciliten las interacciones sociales

*Objetivos específicos:*

- Explorar la forma en que las reacciones emocionales pueden dificultar las interacciones sociales.
- Aprender estrategias útiles para controlar la emoción negativa a fin de escuchar más abiertamente, mejorar la comunicación y resolver problemas.

*Indicadores de logro:*

- Los estudiantes aprenderán a identificar los pensamientos, emociones y conductas relacionadas con situaciones que despiertan emociones negativas
- Los estudiantes identificarán las consecuencias que se obtienen al permitir que la emoción negativa se manifieste
- Los estudiantes aprenderán a controlar las respuestas físicas asociadas a la emoción.

*Agenda*

- Verificación de asistencia 5 min.
- Revisión de tareas 10 min.
- Presentación de objetivos 5 min.
- Explicación conceptos 10 min.
- Actividad central: entrenamiento en respiración y relajación 50 min.
- Discusión y conclusiones 20 min.
- Asignación de tarea 10 min.

<http://youtu.be/OGW0aQSgyxQ>The passanger control emocional

*Desarrollo:*

El facilitador verifica la presencia de todos los integrantes del grupo. Posteriormente, revisará la tarea retomando los conceptos tratados en la sesión anterior, relacionados con la clasificación de las emociones, el reconocimiento de ellas a través del lenguaje no verbal, identificación de situaciones que generan emociones negativas. Esta tarea también sirve para tratar el tema de esta sesión y será posteriormente retomada.

A continuación el facilitador presenta los objetivos, recuerda las normas establecidas relacionadas con la participación activa de los estudiantes, el respeto por las diversas opiniones y la importancia de continuar con la realización de las tareas.

Luego, realiza una actividad que tiene el propósito de generar en los estudiantes emociones diferentes y reacciones físicas que posteriormente se identificarán. El facilitador hace creer al grupo que ha generado mucha molestia la participación y la actitud de los estudiantes hasta este momento del programa, que las directivas del colegio vendrán a hablar con ellos sobre lo que está sucediendo, que por esto el facilitador se ausentará un momento del salón y luego regresará. Se deja al grupo solo por unos minutos (cinco minutos) y luego regresa al salón y les informa que lo anterior no era cierto que se trataba de un experimento sobre las emociones. Solicitará al grupo que comente que sintió, tratando de describir las reacciones que sentían en su cuerpo (palpitaciones, sudor, temblor, relajación...) y qué pensó o qué comentarios surgieron sobre la situación hipotética planteada, se escribirán las respuestas en el tablero.

A continuación el facilitador pregunta al grupo sobre lo que concluye con la actividad. La conclusión debe ir encaminada a afirmar que las

emociones afectan tanto la manera como pensamos, como las reacciones que se producen en nuestro cuerpo y que lo que pensamos y las reacciones emocionales de nuestro cuerpo se relacionan entre sí. En este punto retoma la tarea traída a esta sesión y les pide a los estudiantes que traten de recordar en aquellas situaciones que generaron emociones negativas cuáles fueron sus sensaciones y cómo reaccionaron y las consecuencias negativas que pueden recibir al dejarse llevar por estas emociones negativas.

El facilitador debe mencionar que: “algunas de las estrategias que utilizamos para enfrentar una situación nos permiten "salir del paso" y nos sirven para aliviarnos un poco a corto plazo (salirse del salón cuando el profesor dice algo que nos molesta, hacer muecas, fruncir los hombros, gritar y utilizar palabras soeces), pero a la larga no nos permiten conseguir lo que realmente queremos, y terminamos metiéndonos en un lío más grande, o renunciando a conseguir lo que realmente queremos. Es importante subrayar la idea de que de lo que se trata no es de no experimentar emociones (todo el mundo siente miedo alguna vez, o se pone nervioso, o se enfada), sino de controlarlas. De lo que se trata es que esas emociones no nos impidan pensar. Por tanto es importante aprender a controlar nuestros pensamientos y nuestras reacciones físicas, y en esta sesión aprenderemos a cómo controlar estas reacciones a través de técnicas como la relajación y la respiración, las cuales serán explicadas a continuación”.

El facilitador explica a los participantes que la respiración hace parte importante en el control de nuestros pensamientos y emociones, entrena en respiración profunda y completa; haciendo énfasis: Inspiración profunda mientras cuenta mentalmente hasta 4, mantenga la respiración mientras cuenta mentalmente hasta 4, suelte el aire mientras cuenta mentalmente hasta 8 y repita el proceso anterior durante todo el tiempo. Para comprobar si está bien hecho, se pone una mano en el pecho y otra en el abdomen. Estará bien hecho

si al respirar sólo se mueve la mano que está en el abdomen, se realizan varias repeticiones con el fin de afianzar el ejercicio de la respiración adecuada en los participantes.

Finalmente, el facilitador comenzará la técnica de relajación muscular progresiva propuesta por Jacobson (Bernstein y Borkovec, 1973). Esta técnica tiene como objetivo aflojar la tensión muscular antes, durante o después de una situación. La instrucción que el facilitador debe dar es:

“Quiero que empiecen poniéndose lo más cómodos posible en la silla. Pueden desamarrarse los zapatos si lo desean. Pueden echar hacia atrás la cabeza y cerrar los ojos. Se trata de que estén en una posición cómoda y si durante el tiempo que estoy hablando si se quieren mover o acomodar, está bien. La idea es que estén lo más cómodos que sea posible. Se van a sentir mucho más cómodos si dejan que la sensación de relajación se extienda por todo su cuerpo. Ahora dediquen estos momentos a concentrarse en las sensaciones de relajación”. “Podemos comenzar enfocando los ojos hacia un punto en la pared o en el cielo raso. Traten de mantener los ojos fijos en ese punto. Y al enfocar ese punto mientras escuchan mi voz van a ir aprendiendo cómo lograr un mejor estado de relajación. Pero si durante estos momentos quieren cerrar los ojos, también está bien. Si sienten que su mente se les va a pensar en otras cosas, traten de volver a mi voz.

Comencemos fijando sus ojos en un punto en la pared, y después pueden, si quieren, cerrar los ojos. Como se sientan más cómodos, más naturales. Y al empezar quiero que enfoquen su atención en las sensaciones que están sintiendo en los pies, notando cualquier sensación de presión, de dolor o de incomodidad.

También, fijándose al mismo tiempo en cualquier sensación de calor o adormecimiento, quizás la relajación que comienzan a sentir en los pies es muy

distante o remota. La idea es que se den cuenta y entiendan las sensaciones que están sintiendo en los pies y también se den cuenta de las sensaciones en los tobillos notando cualquier presión, dolor, y dejen que su atención se desplace hacia arriba en las áreas alrededor de las rodillas tratando de concentrarse en las sensaciones que están sintiendo en esas áreas, cualquier presión, cualquier incomodidad, pero también cualquier sensación de relajación calma o calor. Fíjense también en las sensaciones en sus piernas y en sus muslos, fijándose en cualquier sensación de tensión o presión. Y mientras se fijan en las sensaciones en los muslos traten de fijarse en cualquier sensación de calor, o adormecimiento, de relajación. Dejen que sus cuerpos sientan las sensaciones alrededor de las caderas y la cintura, notando cualquier sensación de presión o tensión, pero también dándose cuenta de cómo comienzan las sensaciones de relajación, de calidez, de pesadez. Y mientras dejan que su mente se concentre en estas sensaciones en diferentes partes del cuerpo, dejen que sus ojos sigan cerrados o dejen que ese punto en la pared se haga borroso, cada vez más borroso, tratando de centrarse en las sensaciones en el estómago, y el pecho. Quizás fijándose en la respiración, profunda y lenta. Al fijarse en las sensaciones en el pecho noten también las sensaciones en la espalda, cualquier tensión pero también el comienzo de las sensaciones de relajación y adormecimiento. También concéntrense en las sensaciones en los hombros, ya que en ese sitio es en el que muchas personas concentran la tensión y la presión. Pero también pueden notar una sensación de adormecimiento, tranquilidad y calma en sus hombros. Quizás esa tranquilidad y relajación no es tan profunda como quisieran. Está bien. Simplemente noten cualquier sensación que puedan tener, sin tratar de forzar las sensaciones ni de tratar de modificarlas, sino simplemente tratando de notar las sensaciones que está sintiendo. Fíjense también en las sensaciones de las manos, los dedos, las palmas, notando nuevamente cualquier tensión o presión o sensaciones de ansiedad, pero también notando sensaciones de calma y calor. Dejen que sus sentidos perciban las sensaciones en sus antebrazos, los brazos y los hombros, mientras dejan que la relajación se haga más y más profunda se darán cuenta

de las sensaciones de comodidad y de calidez en los hombros y el cuello, dándose cuenta también de la tensión, sin forzar ninguna sino simplemente dándose cuenta de la presencia de ambas sensaciones quizás entendiendo mucho mejor su propio cuerpo, sus sensaciones de tensión y de presión, pero también dándose más cuenta de las sensaciones de relajación y placidez. Fíjense en las sensaciones que están sintiendo en los músculos de la cabeza, de la cara y la mandíbula, y fíjense en las sensaciones que sienten alrededor de la nariz y la frente y fíjense en las sensaciones de relajación y tranquilidad que sienten en los músculos de la cara, sin tratar de forzar la relajación, sino simplemente dejándola que se extienda suavemente por todo su cuerpo. Y al revisar todo su cuerpo quizás puedan notar la diferencia de cómo se sienten ahora en comparación a cómo se sentían al comienzo. Quizás puedan darse cuenta de que están un poco más relajados. De nuevo fijándose en las sensaciones en los pies, los tobillos, las piernas, notando cualquier presión, tensión o incomodidad, pero también centrándose al mismo tiempo en las sensaciones de relajación, calor y pesadez. Al fijarse en estas sensaciones en los pies, en los tobillos, y en las piernas, quizás ocasionalmente se sientan un poco lejos o distantes de los pies, y las piernas. Claro que dándose cuenta de que están conectados, pero a veces sintiendo la sensación de que puede observar y separarse un poco de estas partes del cuerpo, fijándose en las sensaciones en las piernas y en la cintura, en la espalda, nuevamente notando cualquier sensación de presión o incomodidad, pero también notando cualquier comienzo de sensaciones de relajación, calor, adormecimiento y pesadez. Al dejar que las sensaciones de relajación se noten con mayor facilidad fíjense en las sensaciones que sienten en el estómago, el pecho, notando las sensaciones que sienten en la espalda y en los hombros, sin tratar de forzar la relajación, sino simplemente dejando que se perciba más fácilmente. Noten también las sensaciones en las palmas de las manos, los dedos, las muñecas, los antebrazos, disfrutando cualquier sensación que puedan sentir de relajación y dándose cuenta de cualquier sensación de tensión. Pero al dejar que la relajación se haga más y más profunda, finalmente se va dejando ir. Quizás



ahora la relajación se hace más vívida, más intensa, y se van sintiendo cada vez más tranquilos, notando las sensaciones que están sintiendo en los hombros y el cuello, quizás notando que los hombros y el cuello están un poco más tensionados que otras partes del cuerpo, pero quizás no lo están. La idea es que puedan darse cuenta y apreciar cómo están sintiendo su propio cuerpo, dándose cuenta de las sensaciones que están sintiendo en los hombros, el cuello y la cabeza, y dejando que continúen con esta sensación de tranquilidad. Y si tienen los ojos cerrados, sigan así, centrándose en las sensaciones que está sintiendo en la frente, en la nariz, la quijada, y en la medida en la que siguen dejando que la relajación se extienda, puede notar nuevamente las sensaciones en los pies, tobillos, pantorrillas y piernas, dejando que su cuerpo se sienta muy, muy pesado, quizás sintiendo la sensación de que su cuerpo está flotando, flotando por encima de la cama o de la silla, y al notar las sensaciones de relajación en la espalda, aunque las sientan distantes, van a sentir más relajación que cuando comenzamos. Las sensaciones en el estómago y el pecho, fijándose una vez más en las manos, los antebrazos, los brazos y los hombros, dejando que estas sensaciones de flotar se hagan cada vez más profundas.” Bien, ahora vuelvan lentamente a su posición inicial y recuerden que estos ejercicios de respiración y relajación deben ser practicados a diario, deben disponer todos los días un momento del día para realizarlos de tal forma que la práctica facilite su uso en aquellos momentos que identifican una emoción se está apoderando de ustedes y puede llevar a traerles problemas.

### *Conclusiones*

La conclusión de la sesión debe estar relacionada con la importancia de identificar las sensaciones físicas que se presentan cuando estoy molesto, las consecuencias que trae el no controlar la emoción y la utilidad de realizar la respiración y la relajación para controlar la emoción. Poner en práctica la relajación en momentos de tensión puede ayudarnos a controlar

las reacciones de nuestro cuerpo, y así poder analizar mejor la situación antes de pasar a la acción

*Asignación de tareas:*

Se les indicará a los jóvenes que deben realizar ejercicios de respiración profunda diariamente, 5 respiraciones sostenidas con intervalos de 3 minutos cada una. Al igual que se debe practicar la relajación muscular que se les indicó en la sesión. Todos estos ejercicios deberán ser registrados en sus libretas, es importante anotar la hora del día, cómo se sintieron antes y después de los ejercicios.

*Tarea*

Registro diario de relajación con tensión.

Conductas	L	M	Mi	J	V	S
Posición de relajación con tensión.						
Respirar 3 veces: inflar el estómago, tomar aire, expulsarlo lentamente						
Cara: frente, ojos, nariz, boca						
Cuello y espalda						
Extremidades superiores: brazos, manos, dedos de manos						
Pecho y estomago						
Extremidades inferiores: cadera, piernas, pies, dedos de los pies						
Hora de comienzo:						
Hora de finalización						
Observaciones						

## SESION 6

### ¿QUÉ MAS PUEDO HACER PARA CONTROLAR MIS EMOCIONES?

*Objetivo general:*

Entrenar en auto instrucciones como una técnica de control emocional

*Objetivos específicos:*

Utilizar el lenguaje como regulador del estado de ánimo

*Indicadores de logro:*

Los estudiantes aprenderán a utilizar mensajes que permitan el control de sus emociones.

*Agenda*

- Verificación de asistencia 5 min.
- Revisión de la tarea 5 min.
- Presentación objetivos sesión 5 min.
- Práctica respiración 10 min.
- Presentación conceptos 15 min.
- Actividad central 30 min.
- Discusión y conclusiones 20 min.
- Asignación de tarea 10 min.

Desarrollo

El facilitador verifica la asistencia de los estudiantes y realizará nuevamente el ejercicio de respiración y relajación trabajando por grupos musculares, para optimizar el tiempo de la sesión, el cual servirá como revisión de la tarea, buscando evidenciar que los estudiantes han practicado el ejercicio.

A continuación, el facilitador realiza una actividad de dramatización por grupos, divide al grupo en tres y a cada grupo le entrega un caso en el que tres personajes reaccionan de forma diferente en una situación de conflicto, el primero de ellos responde agresivamente y golpea a una persona, y verbaliza cosas como “no me voy a dejar”, “qué está creyendo que soy un pendejo”, “me voy a desquitar”; el segundo personaje responderá de forma evitativa, y utiliza frases como “ojalá no me vea”, “qué miedo”, “ay ya me van a molestar otra vez”, “yo no quiero volver a este colegio”, “se van a burlar de mí” y el último personaje, frente a una situación similar de conflicto, verbaliza cosas como “voy a tranquilizarme”, “mejor respiro profundo”, “tengo que decirle cómo me siento”. Para esta dramatización cada grupo tendrá 10 minutos para prepararlo y presentarlo.

Finalizadas estas dramatizaciones el facilitador organizará al grupo en mesa redonda y en plenaria discutirán sobre lo que vieron en las tres situaciones, les preguntará si observan diferencias entre los tres casos, que consecuencias creen que pueden tener en las tres situaciones estos personajes, qué relación ven entre lo que se dicen (pensamiento) y la forma en que reaccionan. El ejercicio debe servir para concluir que los mensajes que nos decimos (auto instrucciones) influyen positiva o negativamente en el resultado, ya que si utilizamos mensajes o auto instrucciones que nos inviten a controlar nuestra emoción como en el caso de frases “mejor respiro profundo”, estas nos ayudarán a controlar nuestra emoción y a evaluar la situación de tal forma que podamos implementar una acción que nos genere consecuencias deseadas.

Luego el facilitador pedirá que por parejas discutan algunas de las situaciones que hayan experimentado u observado en el colegio y que les hayan provocado emociones negativas y propongan una serie de auto instrucciones que consideren podrían ser útiles para controlar una emoción negativa. Se espera que el grupo establezca una lista de auto instrucciones que podrían ser útiles en situaciones de conflicto.

**Conclusiones:**

El facilitador concluirá con la siguiente información de forma verbal: "El lenguaje es una herramienta útil en el control de las emociones y de la conducta en general. Las auto instrucciones son de dos tipos: Dirigidas a evaluar la situación y los propios recursos en términos que la hagan controlable, y presentará en una diapositiva la siguiente lista de auto instrucciones:

"Agobiándome no consigo nada...", "La situación es difícil, pero puedo controlarla..." y dirigidas a afrontar la situación de modo práctico: "Voy a respirar hondo y a tranquilizarme un poco..." Voy a pararme a pensar qué puedo hacer...". "mantente calmado", "no fue intencional, fue accidente", "no vale la pena molestarme", "no voy a insultarlo", "recuerda las palabras no dañan", "no voy a pelear", "si peleo me meteré en un problema", "dile con firmeza, no te permito", "pediré ayuda a un adulto".

Pararnos a pensar es la mejor forma de controlar nuestro miedo, nuestro enfado, nuestra tristeza, nos ayuda a analizar la situación que estamos viviendo, a la vez que nos permite trazar un plan y no actuar impulsivamente.

*Asignación de tarea:*

Registrar mínimo cuatro situaciones durante la semana en las que hayan experimentado emociones negativas, utilizar las auto instrucciones para controlarlas y describir cuáles y como las utilizaron.

*Tarea*

Describe cuatro situaciones que te hayan ocurrido durante la semana y te hayan generado emociones negativas, califica el grado de intensidad de 1 a 10, siendo 1 el menor grado y 10 el máximo, utiliza las auto instrucciones para controlarlas y cuéntanos como las utilizaste.

<b>Situación (qué sucedió, que estaba pasando)</b>	<b>Emoción negativa (1-10)</b>	<b>Auto instrucción utilizada</b>
Semana 1		
Semana 2		
Semana 3		
Semana 4		

## **SESION 7**

### **¿CÓMO EXPRESAR LO QUE ME GUSTA Y LO QUE NO ME GUSTA?**

#### *Objetivo general:*

Entrenar en el manejo de la comunicación asertiva, la expresión de emociones en un marco de respeto y tolerancia

#### *Objetivos específicos:*

Entrenar en el uso de los mensajes “yo...”

Entrenar en el uso de frases positivas para dirigirse a los demás

Reforzar conceptos vistos anteriormente sobre asertividad y regulación emocional

#### *Indicadores de logro:*

Los estudiantes aprenderán a utilizar mensajes que permitan el control y la expresión de sus emociones.

Los estudiantes aprenderán a decir algo positivo a los demás

#### *Agenda*

- Verificación de asistencia 5 min.
- Revisión de la tarea 5 min.
- Presentación objetivos sesión 5 min.
- Práctica respiración 10 min.
- Presentación conceptos 15 min.
- Actividad central 30 min.
- Discusión y conclusiones 20 min.
- Asignación de tarea 10 min.

### *Desarrollo*

El facilitador tomará lista verificando la asistencia de los participantes al programa, revisará la tarea, solicitándoles a algunos estudiantes que compartan con el grupo qué auto instrucciones utilizaron y qué resultado obtuvieron al usarlas.

Posteriormente, introducirá el tema recordando que en sesiones anteriores se había definido la asertividad como un estilo de comunicación que genera consecuencias positivas en las relaciones con los demás, ya que tiene el propósito de defender los derechos propios, respetando los de los demás. En este punto, presenta la diapositiva en la que están consignados los derechos legítimos y solicita a algunos estudiantes que los vayan leyendo en voz alta, esto tiene el fin de reforzar los conceptos vistos anteriormente y relacionarlos con el tema de la sesión.

Finalizada esta lectura, el facilitador recuerda al grupo, que para ser asertivo y expresar lo que sentimos y pensamos, es necesaria, por esta razón, regular la emoción, utilizando las estrategias aprendidas en las dos sesiones anteriores, el facilitador pedirá al grupo que le recuerden cuáles han sido estas estrategias.

### *Actividad central*

El facilitador explicará al grupo que decirle a las otras cosas positivas genera en ellos un sentido de bienestar y fortalece nuestras relaciones con ellos, y para decir estas frases positivas es necesario seguir tres pasos:

1. Mirar a los ojos, de esta forma nos daremos cuenta que nos están escuchando
2. Decir la frase positiva
3. No olvidar sonreír



El facilitador modelará una frase positiva sin sonreír y la misma frase sonriendo: **“que buena idea”**, en el primer caso no sonreirá y tensará los músculos de la cara, después les dirá fíjense ahora cómo lo digo **¡qué buena idea!**, expresará la frase con voz agradable y sonriendo, preguntará **“notaron la diferencia?”**. Ahora el facilitador pide al grupo que se organicen por tríos, y ensayen entre sí decirse frases positivas, realizarán tres ejercicios, en los cuales cada uno tendrá la oportunidad de decir la frase positiva, escucharla y observarla, deben realizar de cada ensayo observaciones con el fin de retroalimentar a sus compañeros sobre la forma en que lo hicieron.

El facilitador tratará de pasar por todos los grupos observando y retroalimentando la ejecución, teniendo en cuenta los tres pasos explicados anteriormente. Finalizada esta actividad, el facilitador solicitará a cada trío que comente la experiencia y las observaciones del ejercicio.

Ahora, mediante una presentación en Power Point, el facilitador explicará “los mensajes yo y tu”, dirá: “cuando nos enojamos es importante que expresemos lo que sentimos, sin insultar o lastimar a otros, esto puede hacerse a través del uso de los mensajes en primera persona, el cual tiene tres partes:

**1. Identificación:** Reconocer lo que sentimos, es decir, identificar cuando nos sentimos molestos.

**2. Conducta:** Reconocer la conducta que los otros hicieron que nos hizo sentir enojados.

**3. Comunicación:** es la forma como expresamos nuestro enojo. Antes de expresar como nos sentimos debemos respirar profunda y tranquilamente y poner nuestro cuerpo “flojito”. Posteriormente, debemos aprender a expresar nuestra molestia sin golpes o insultos y a sustituirlos por mensajes con pronombre en primera persona, es decir, utilizar frases como “me siento enojado porque”, “estoy enojado porque” y a continuación describir el comportamiento de la otra persona, por ejemplo “me molesta que cuando me

prometes algo no me lo cumplas”, lo cual es diferente a decir “eres una mentirosa”, porque esta es una frase negativa.

Terminada esta explicación, el facilitador pide a cada estudiante que en su libreta registre cinco conductas de los demás que lo hacen sentir bien y cinco conductas de los otros que lo hacen enojar y frente a cada una de ellas escribir un mensaje en primera persona expresando cómo se siente. Posteriormente, el facilitador solicitará de forma voluntaria a algunos estudiantes que compartan sus mensajes representándolos frente al grupo. Tener en cuenta que deben pasar el mayor número de estudiantes, con el fin de que reciban retroalimentación de su ejecución por parte del facilitador.

Para finalizar la sesión, el facilitador pide al grupo que se sienten en círculo, cada uno tendrá una tarjeta con su nombre escrito, y pasarán esta tarjeta al compañero de la derecha, cada integrante leerá el nombre en la tarjeta y le dedicará una frase positiva. Se realizarán dos rondas, es decir, se dedicarán dos frases positivas a cada integrante del círculo. Es importante mencionar que cuando la tarjeta del propio integrante llegue a sus manos se dedicará a sí mismo una frase positiva.

### *Conclusión*

El facilitador pedirá al grupo que concluya sobre lo realizado durante esta sesión, irá anotando en el papelógrafo las conclusiones que el grupo destaque, es necesario encaminar las conclusiones hacia la importancia de expresar cómo nos sentimos enfatizando en las conductas de los otros y la consecuencia de expresarnos tanto cuando algo nos gusta como cuando no.

### *Asignación de tarea:*

El facilitador pedirá a cada estudiante que durante cada día de la próxima semana utilice frases positivas, siguiendo los tres pasos. Así mismo,

deberá escribir las situaciones en las que experimente molestia y desagrado y la forma cómo lo expresó.

**Tarea: Registro de frases positivas**

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Contacto visual					
Frase positiva					
Sonreír					

**Registro de frases en primera persona**

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Respiración tranquila					
Frase primera persona "me siento enojado porque					

## **SESION 8**

### **PRACTICANDO MIS DERECHOS**

#### *Objetivo general*

Propiciar en los estudiantes una reflexión que les permita comprender y poner en práctica el ejercicio de los derechos

#### *Objetivos específicos*

Definir y explicar la importancia de reconocer al “otro” como ser humano.  
Empoderar a los estudiantes en la práctica diaria del respeto a la dignidad humana.

#### *Indicadores de logro*

Los estudiantes identifiquen en sus comportamientos y en el de los otros el ejercicio de los derechos.

#### *Agenda*

- Verificación de asistencia 5 min.
- Revisión de la tarea 5 min.
- Presentación objetivos sesión 5 min.
- Práctica respiración 10 min.
- Presentación del video sobre la película el Señor de las moscas (El objetivo de esta modificación es que el estudiante visualice mediante la película que ocurre cuando no se establecen normas equitativas, cuando no hay regulación emocional, ni asertividad y no se practican los derechos humanos en un grupo de adolescentes) A los estudiantes se les colocaran varios segmentos de la película que ilustran lo anteriormente descrito. 10 min.
- Actividad central 30 min.
- Presentación conceptos 15 min.

- Discusión y conclusiones 20 min.
- Asignación de tareas 5 min.

### *Desarrollo*

El facilitador inicia la sesión verificando la asistencia de todos los integrantes del grupo, posteriormente, realiza un ejercicio de respiración y relajación, utilizando los grupos musculares completos de forma simultánea. Se revisa la tarea resumiendo los conceptos tratados en la sesión anterior.

El facilitador divide el curso en cuatro grupos y a todos les dará las siguientes instrucciones: “Se ha descubierto un pequeño planeta que tiene todo lo necesario para acoger la vida humana. Nadie ha vivido ahí. No tiene leyes, ni reglas, ni historia. Todos ustedes vivirán ahí y como preparación su grupo ha sido encomendado para escribir la carta de derechos para todo este nuevo planeta. Ustedes no sabrán qué cargos tendrán en este nuevo planeta”. El Facilitador debe decirles a los participantes que en pequeños grupos escojan un nombre para este nuevo planeta, decir cinco derechos en los que todos los del grupo estén de acuerdo y escribirlos. Posteriormente, cada grupo presenta su lista en plenaria, a su vez el facilitador irá anotándolos haciendo una lista principal de los derechos mencionados combinando los similares. El facilitador propiciará un debate con el grupo para identificar si algunos de los derechos escritos por los estudiantes pueden combinarse por su similitud y si un derecho está solo en una lista o si debe ser incluido o eliminado. El facilitador hará las siguientes preguntas al grupo: ¿Esta actividad les cambió su opinión acerca de cuáles derechos son más importantes? ¿Cómo sería la vida en ese planeta si uno de esos derechos fuera excluido? ¿Les gustaría añadir otros derechos a la lista final y por qué podría ser útil una lista cómo está?

Luego, les explicará algunos conceptos básicos de los derechos y valores que se consideran importantes en la convivencia con el otro,  
CONCEPTOS DE DERECHOS HUMANOS, DIGNIDAD, INTEGRIDAD FISICA.

Posteriormente, el facilitador dividirá el curso en grupos de cuatro integrantes y les entregará a cada uno una ficha escrita con palabras como: “**agresor**”, “**víctima**”, “**observadores**” y “**conciliador**”; les solicitará que cada grupo haga una representación de acuerdo al papel que le correspondió (ej.: una situación en la que ellos estuvieron presentes y no hicieron nada, cuándo agredieron los derechos de alguien, cuándo sus propios derechos fueron agredidos y cuándo ellos presenciaron que los derechos de alguien fueron agredidos y actuaron) En esta parte se colocan los siguientes videos para visualizar de manera más adecuada los roles expuestos anteriormente: Antibullying ad: <http://youtu.be/nWJut7KQhI4> 0:50 min, Anti Bullying the Price of Silence <http://youtu.be/wY7Gvq0P4hc> 2min.

El facilitador generará una discusión solicitándoles a los participantes que expresen sus sentimientos y nuevos aprendizajes que les deja esta actividad. Se enfatiza en la conclusión de que todos en algún momento o en otro juegan estos papeles. Se pregunta sobre qué cualidades y conocimientos debe tener una persona para actuar.

Se les pedirá de forma voluntaria a algunos de los participantes que regresen a la tarea de la primera sesión en la que registraban situaciones que conocieran de intimidación y se discutirá con todo el grupo que observan en materia de derechos según lo abordado anteriormente.

#### *Conclusiones:*

Es necesario conocer y reconocer mis derechos y los de los otros, ya que esto contribuirá a una mejor convivencia. Nuestras acciones reflejan la forma en que experimento y pongo práctica los derechos que reconozco como necesarios para convivir mejor.

*Asignación de tareas:*

Los estudiantes deberán escribir qué conductas observan en sus familiares (padres, hermanos) y amigos que reflejen el respeto de los derechos.

Tarea: Escribe qué conductas observas en tus familiares (papá, mamá, hermanos) y amigos que reflejen el respeto de los derechos.

<b>Conducta observada</b>	<b>Derecho respetado</b>	<b>Realizada por</b>

## **SESION 9**

### **TODOS ESTAMOS EN EL MISMO PLANETA**

#### Objetivo General

Sensibilizar a los estudiantes sobre el respeto a la diferencia y sus implicaciones en la cotidianidad.

#### Objetivos Específicos

Determinar los valores personales en relación con las creencias y actitudes que tienen los participantes en situaciones de conflicto de alto valor social

Promover la aceptación y el reconocimiento de la diferencia

#### Agenda

- Verificación de asistencia 5 min.
- Revisión de la tarea 5 min.
- Presentación objetivos sesión 5 min.
- Práctica respiración 10 min.
- Actividad central 30 min.
- Presentación conceptos 15 min.
- Discusión y conclusiones 20 min.
- Asignación de tareas 5 min.

#### Desarrollo

El facilitador verifica la lista de asistencia, revisa la tarea de la sesión anterior y realiza un ejercicio de respiración y relajación, utilizando los grupos musculares completos de forma simultánea.

Posteriormente el facilitador expone el video sobre convivencia y diferencia de Pixar donde se pueden observar, la presión de grupo, los roles en la intimidación y el tema central que corresponde la intolerancia a la diferencia



<http://youtu.be/dJ4Nnr0MXKY> . Posteriormente se coloca otro video, en el cual se observa la intimidación a los jóvenes que difieren de su orientación sexual <http://youtu.be/30f-enwoQyg> . Se realiza una reflexión en torno a los videos y se le entrega a cada estudiante una copia de la siguiente historia: “En algún lugar del espacio hay un planeta parecido a la Tierra. La gente que vive en ese planeta es como nosotros, excepto por una cosa, ellos solo tienen un ojo. Pero es un ojo muy especial. Con su ojo ellos pueden ver en la oscuridad, pueden ver lejos, muy lejos y pueden ver a través de las paredes. Las mujeres en este planeta tienen los hijos como en la Tierra.

Un día nació un extraño niño, ya que tenía dos ojos, su papá y su mamá se pusieron muy tristes. El niño era feliz. Sus padres lo amaron mucho y disfrutaron cuidarlo, pero se preocupaban porque el niño era muy raro, ellos lo llevaron a muchos doctores y después de muchos exámenes dijeron que nada podía hacerse.

A medida que el niño crecía, tenía más y más problemas, porque él no podía ver en la oscuridad y tenía que llevar una linterna. Cuando fue al colegio, no podía leer tan bien como los otros niños. Sus profesores lo tenían que ayudar mucho, él no podía ver a grandes distancias, entonces tuvo que usar un telescopio especial. Así él podía ver los otros planetas como los demás. A veces, cuando iba para su casa se sentía muy solo, „los otros niños pueden ver cosas que yo no veo“ pensaba. „Yo tengo que ser capaz de ver cosas que ellos no ven“ . Y un día muy especial, descubrió que podía ver algo que nadie más podía ver, él no veía en blanco y negro como todos los demás. Les dijo a sus padres cómo veía las cosas. Sus padres estaban asombrados y sus amigos también lo estaban. Él les contó historias maravillosas, usaba palabras que ellos nunca habían oído antes... como rojo o amarillo... y naranja. Hablaba de árboles verdes y flores moradas. Todos querían saber cómo veía él las cosas. Contaba historias maravillosas acerca del azul profundo de los mares y las olas con techos de espuma. A los niños les encantaba oír sus historias sobre

dragones asombrosos, todos suspiraban cuando él describía su piel, sus ojos y su aliento de fuego.

Un día él conoció a una niña y se enamoraron. A ella no le importaba que él tuviera dos ojos, y luego se dio cuenta de que a él tampoco le importaba. Se había vuelto muy famoso y la gente venía de diferentes lugares del planeta para oírlo hablar. Un día él tuvo un hijo. Este niño era como los otros niños del planeta. Tenía sólo un ojo”. Terminado el cuento, el facilitador hará al grupo las siguientes preguntas:

- ¿Cómo creen que sería vivir en un planeta de gente con un ojo teniendo dos ojos?
- ¿Qué dificultades creen que tiene el niño con dos ojos? ¿Por qué?
- ¿Qué otro tipo de diferencias en cuanto a habilidades tiene la gente?
- ¿Sería “diferente” si viviera en algún otro lugar de la Tierra? ¿Por qué? ¿Cómo les gustaría ser tratados si fueran “diferentes”?

Posteriormente, realizará una actividad que permitirá determinar los valores personales en relación con las creencias y actitudes que tienen los participantes en situaciones de conflicto de alto valor social. Para iniciar, conformará cuatro grupos a los cuales les entregará una tarjeta con palabras como: honestidad, sinceridad, violencia, drogadicción. Luego, dará a cada grupo la instrucción de desarrollar un dramatizado, en el que estas palabras tengan un significado en situaciones de conflicto, y los valores y las formas de pensar se vean involucrados. Una vez representadas las situaciones, los grupos se deben reunir y trabajar inquietudes como:

1. Si su gran amigo debe presentar un examen de matemáticas, y a cambio de ir él, le pide a su hermano gemelo que lo suplante, ¿cuál sería su actuación? ¿Apoyarle la idea?, ¿regañarlo?, ¿contarle a alguien?, ¿alejarme de él?

### **Conclusiones**

Reconocer la diferencia, sin olvidar que como seres humanos somos iguales en derechos.

#### Asignación de tarea:

Escribir una carta a un nuevo habitante de este planeta en donde le den a conocer cuáles son sus derechos, porque es importante que los conozca y qué implicación tendría el no aplicar alguno de ellos.

#### Tarea

Escribe una carta a un nuevo habitante de este planeta en donde le expliques cuáles son sus derechos, porque es importante que los conozca y qué implicación tendría el no aplicar alguno de ellos.

## **SESIÓN 10**

### **Y... AHORA QUÉ HAGO?**

#### Objetivo

Entrenamiento en habilidades de solución de problemas con el fin de que los jóvenes encuentren una forma adecuada de resolver las situaciones conflictivas a las que se ven enfrentados sin utilizar conductas agresivas.

#### Objetivos específicos

- Enseñar el proceso básico de solución de problemas que les facilite cooperar con las personas que se encuentran a su alrededor.

- Instruir en habilidades de cooperación con sus pares, padres y demás personas con las que se relacionan.

#### Indicadores de logro

- Los jóvenes demostrarán por medio de una representación que pueden solucionar de forma práctica y adecuada cualquier dificultad que se les presente sin que adopten un comportamiento agresivo.

- Expresarán sus sentimientos con respecto al problema de forma asertiva y utilizarán parafraseo para llegar a una solución.

#### Agenda

- Verificación de asistencia 5 min.
- Revisión de la tarea 5 min.
- Presentación objetivos sesión 5 min.
- Práctica respiración y relajación muscular 10 min.
- Actividad central 30 min.
- Presentación conceptos 15 min.
- Discusión y conclusiones 20 min.

- Asignación de tareas 5 min.

#### Desarrollo

El facilitador inicia la sesión verificando la asistencia de los participantes, realiza el ejercicio de respiración y relajación muscular similar a la anterior. Revisa la tarea de la sesión anterior, solicitándole a algunos de los asistentes (cinco) que lean la carta y pregunta al grupo qué recuerdan de lo trabajado y qué pensaron al realizar este ejercicio. Posteriormente, presenta de forma verbal los objetivos de la sesión, con aclaración de dudas que el grupo tenga al respecto.

El facilitador comienza explicando los pasos de la habilidad de solución de problemas, tomando como referencia los propuestos por DZurilla y Goldfried, para esto se ayudará con una presentación en Power Point. Es importante introducir el tema dejando muy claro la importancia de identificar sus comportamientos dentro de cada uno de estos pasos. El facilitador mencionará los pasos para solucionar un problema, aclarando que cada persona modifica esta información en la medida que es pertinente para las situaciones.

Se colocan dos videos inicialmente un video que ejemplifica la forma no asertiva de resolver un problema el cual vincula la falta de regulación emocional <http://youtu.be/pE2CZq7H780> y otro video que muestra la búsqueda de alternativas para solucionar un problema <http://youtu.be/B-ox5M49CgA> Posteriormente se realiza una reflexión entorno a los videos. 7min. A continuación se definirá cada paso para tener una orientación clara de la información que se va a entregar a los participantes del programa.

**1. Orientación general/ actitud:** Reconocer que los problemas constituyen algo completamente normal en la vida cotidiana.

**2. Definición y formulación del problema:** Para definir un problema se debe determinar el área implicada, establecer qué personas están involucradas, asegurarse de que conoce todos los aspectos relacionados con el problema, definir el o los problemas de forma secuencial y determinar la relación que tienen con los diferentes problemas.

**3. Elaboración de alternativas de solución:** Se debe llegar al análisis de si es solo una persona la que se hace cargo del problema, establecer si es necesario referir el asunto a un adulto, evaluar la implicación del problema en otras áreas, considerar de qué tiempo y recursos se dispone para la solución, analizar las consecuencias que trae el proponer una solución y enumerar las diferentes alternativas de solución.

**4. Toma de decisión:** Analizar las alternativas propuestas sopesando el costo-beneficio que cada una implica, definir cuál alternativa es prioritaria y cuál es factible, elegir la más apropiada, y determinar cómo implementar la decisión. En cuánto tiempo y con qué recursos.

En la medida que estos pasos estén claros, los estudiantes también podrán identificar las conductas a tener en cuenta para solucionar un problema: a) empezar con algo positivo; b) ser específico; c) expresar sus sentimientos respecto al problema; d) admitir un papel en el problema; e) discutir solo un problema a la vez; f) utilizar el parafraseo; g) no inferir. Hablar sobre hechos reales; h) ser neutral y no negativo; i) centrarse en la solución; j) la solución debe incluir reciprocidad y compromiso.

Actividad central:

Con el fin de clarificar mejor la anterior información, el facilitador solicitará a cada estudiante que responda a las siguientes preguntas que serán presentadas en una diapositiva de Power Point:

<b>Preguntas</b>	<b>Instrucciones</b>
1. ¿Cuál fue la situación por la que me enoje?	Facilitar a los estudiantes que recuerden una situación reciente que hayan vivido que los haya molestado, definiendo claramente cuál fue la situación, puede ponerles el siguiente ejemplo: “me siento enojado cuando mi hermano me dice cosas, como enano dientón”
2. ¿Cómo me comporté ante esa situación?	Debe identificar la conducta que realizó en esa situación, describiéndolo.
3. ¿Qué cosas buenas se obtuvieron de esa respuesta? Y ¿cuáles cosas malas se obtuvieron?	Los estudiantes deben identificar los pros y contras del comportamiento descrito. El facilitador debe ayudarles a identificar las consecuencias de las soluciones expresadas.
4. ¿Qué otras formas de solucionar ese problema existen sin recurrir al enojo, sin lastimar a otras personas, a objetos o a ti mismo?	Recordarles a los estudiantes las estrategias que han aprendido para controlar su emoción (enojo), como la relajación, las auto instrucciones, la respiración.
5. ¿Qué cosas buenas y malas se obtienen de esa solución?	El facilitador ayuda en el análisis de los pros y contras de una de las soluciones que proponen los participantes.

6. Toma de decisión: elegir una alternativa	El facilitador explica que deben elegir una alternativa teniendo en cuenta los pros y contras analizados en el paso anterior de cada una de las alternativas, cuál comportamiento tiene el mayor número de consecuencias positivas y menos consecuencias negativas
7. ¿Qué debo hacer para llevar a cabo esa solución sin enojo?	El facilitador les pide a los estudiantes que describan como llevarán a cabo esa alternativa.

Finalizada esta actividad, el facilitador solicitará al grupo que comenten sobre el ejercicio, indagando sobre las conclusiones que ellos hacen, qué piensan sobre la posibilidad de implementar diferentes alternativas para solucionar sus problemas, qué tan fácil consideran que es poner en práctica alguna de las técnicas aprendidas para controlar su molestia, qué creen puede pasar con las relaciones con los demás.

Posteriormente, el facilitador pedirá al grupo que por parejas realicen el siguiente ejercicio, que consiste en un juego de roles en el que los estudiantes deben recordar algún conflicto que hayan presentado y deberán resolverlo presentando una conducta positiva. El facilitador proporcionará la siguiente guía para desarrollar la actividad:

#### Instrucciones

Quiero que recuerden alguna situación reciente (última semana) en la que se hayan molestado y con su compañero van a representar cómo la solucionarían ahora, posterior a lo que han aprendido durante esta sesión y las anteriores.



- Identifica cuándo, dónde y con quién tuviste el problema? (ejemplo, patio del colegio, en el salón, en la cocina de tu casa, en tu cuarto) y quienes estaban presentes?
- Analiza los aspectos positivos del comportamiento que llevaste a cabo para solucionar el problema.
- Identifica las consecuencias de tu comportamiento positivo al solucionar el problema. Comenta si otras personas reaccionaron positivamente cuando solucionaste el problema.

Cada pareja representará la situación y la forma de resolverla utilizando una conducta positiva y recordando las estrategias como respiración, relajación, auto instrucción, mensajes y/o, frases positivas. Terminados todos los juegos de roles, el grupo y el facilitador harán una retroalimentación sobre las soluciones propuestas.

**Conclusión:**

El facilitador hará un cierre de la sesión, recordando a los estudiantes los pasos para solucionar problemas y las consecuencias positivas que se obtienen al solucionar los problemas utilizando conductas positivas.

**Asignación de tarea:**

Cada estudiante deberá elaborar un registro de las soluciones que implementará durante la semana en situaciones en las que sienta molestia o enojo, mínimo deberá registrar tres situaciones.

**Tarea:** Describe las situaciones que te molestaron esta semana y cuéntanos qué hiciste para solucionarlas

**Situación 1:**

- ¿Describe qué hacías?,
- ¿Con quién estabas y en dónde?
- ¿Qué sentiste? (enojo, miedo, deseos de vengarte, tristeza)
- ¿Cómo te controlaste?
- ¿Qué conductas realizaste para solucionar el problema?
- ¿Cómo reaccionaron las demás personas involucradas?

**Situación 2:**

- ¿Describe qué hacías?
- ¿Con quién estabas y en dónde?
- ¿Qué sentiste? (enojo, miedo, deseos de vengarte, tristeza)
- ¿Cómo te controlaste?
- ¿Qué conductas realizaste para solucionar el problema?
- ¿Cómo reaccionaron las demás personas involucradas?

**Situación 3:**

- ¿Describe qué hacías?
- ¿Con quién estabas y en dónde?
- ¿Qué sentiste? (enojo, miedo, deseos de vengarte, tristeza)
- ¿Cómo te controlaste?
- ¿Qué conductas realizaste para solucionar el problema?
- ¿Cómo reaccionaron las demás personas involucradas?

## **SESIÓN 11**

### **TERMINANDO EL VIAJE (Cierre)**

#### Objetivo

Establecer conclusiones acerca de los tres ejes trabajados durante todo el proceso (competencias sociales, regulación emocional y derechos y valores)

#### Objetivos específicos

- Recordar los elementos vistos en las sesiones anteriores e integrarlos a los comportamientos de la vida diaria.
- Identificar contextos en los que se pueden aplicar los conocimientos adquiridos.
- Motivar al grupo para aplicar lo aprendido en sus actividades familiares, académicas y sociales

#### Indicadores de logro

- Que los estudiantes relacionen los conceptos aprendidos con la aplicación de los mismos, y sus beneficios en la interacción social.
- Que identifiquen los contextos en los que se pueden aplicar los conocimientos adquiridos.

#### Agenda

- Verificación de asistencia 5 min.
- Revisión de la tarea 5 min.
- Presentación objetivos sesión 5 min.
- Actividad central 40 min.
- Discusión y conclusiones 20 min.
- Asignación de tareas 5 min.

## Desarrollo

El facilitador verificará la asistencia, revisará la tarea asignada de la sesión anterior y recordará los conceptos vistos de la sesión anterior, los pasos para solucionar los problemas, la elección de la mejor alternativa teniendo en cuenta las consecuencias positivas y negativas de cada una. Se realizará la práctica de relajación y respiración.

A continuación, el facilitador comentará que ésta será la última sesión, agradecerá la participación de todos los estudiantes y comentará que el objetivo de esta sesión será recordar y aplicar lo aprendido mediante la realización de un ejercicio: la elaboración de un periódico con la contribución de todos los miembros del grupo y comentará que el mejor periódico recibirá un premio (el facilitador para esta sesión debe llevar algún presente para los participantes). Para ello el facilitador dividirá el curso en grupos de cuatro estudiantes. Cada equipo desarrollará cooperativamente una noticia en la que puedan aplicar las diferentes temáticas trabajadas: escucha activa, regulación emocional, asertividad que incluya mensajes y/o frases positivas, derechos, solución de conflictos. Se dejará que cada grupo libremente escoja los temas. Los participantes podrán incluir entrevistas, chistes, crucigramas y caricaturas. Para esta actividad el facilitador entregará marcadores de colores y papel periódico. Concluida la actividad, cada equipo expone su trabajo al resto del grupo leyendo y mostrando las noticias que han elaborado.

El facilitador hará un cierre del programa, haciendo preguntas abiertas para llevar a los participantes a concluir acerca del proceso que se vivió durante estas semanas, teniendo en cuenta todos los temas que se presentaron durante el programa. Igualmente, resaltaré la importancia de poner en práctica lo aprendido relacionándolo con el bienestar esperado al ejecutar las conductas prosociales y no presentar conductas de intimidación en ningún contexto.

Por ser esta la sesión final, se les dará a los participantes un reconocimiento por su colaboración. Este reconocimiento será representado en forma de diploma con su nombre.

**Apéndice B. Formato de consentimiento informado**

**CONSENTIMIENTO INFORMADO**

***EFFECTO DE LA APLICACIÓN DEL PROTOCOLO DE INTERVENCIÓN REBOLLEDO (2009), HENAO Y PEREZ (2011) PARA EL MANEJO DE LA INTIMIDACION ESCOLAR Y LA CONDUCTA PROSOCIAL EN JOVENES ADOLESCENTES ESCOLARIZADOS, DE ESTRATO 1 Y 2.***

Yo, \_\_\_\_\_, identificado(a) con cédula de ciudadanía número \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_, actuando en mi calidad de responsable del niño-a o adolescente: \_\_\_\_\_, informo que tengo conocimiento de:

- La justificación y los objetivos de este proyecto
- Las personas encargadas de desarrollarlo, que corresponden a psicólogos profesionales
- Los procedimientos que se utilizarán y el propósito de los mismos,
- Los beneficios que puede obtener mi hijo(a) al participar en el proyecto
- La garantía de recibir respuesta a cualquier pregunta o aclaración acerca de los procedimientos, riesgos, beneficios y otros asuntos relacionados con este proyecto.
- La libertad de retirar mi consentimiento en cualquier momento y que mi hijo (a) deje de participar en el proyecto sin que genere perjuicios ni a mí ni a mi hijo (a), y que se mantendrá la confidencialidad de mi hijo (a) y la información relacionada con su privacidad. Igualmente, que tengo el derecho de recibir información actualizada obtenida durante el proyecto
- Es necesario que mi hijo (a) responda a evaluaciones, observaciones y registros tanto al inicio como al final del proyecto, los cuales deben ser respondidos en su totalidad para el cumplimiento de los objetivos propuestos. Los datos obtenidos durante esta evaluación serán confidenciales y solo se usarán con fines académicos en la preparación

de publicaciones científicas, siempre y cuando se conserve en el anonimato la identidad

- Que esta investigación contempla parámetros establecidos en la resolución No 008430 del 4 de octubre de 1993, emanada por el Ministerio de Salud y la Ley 84 de 1989 sobre las condiciones éticas para el desarrollo de investigaciones con seres humanos.

Así mismo, informo que mi participación y la de las personas que están bajo mi responsabilidad en esta investigación, es voluntaria y actúo bajo mi responsabilidad.

Nombres y Apellidos:

---

---

FIRMA FECHA C.C No

## Apéndice C. Proyecto

**PROYECTO “EFECTO DE LA APLICACIÓN DEL PROTOCOLO DE INTERVENCIÓN REBOLLEDO (2009), HENAO Y PEREZ (2011) PARA EL MANEJO DE LA INTIMIDACION ESCOLAR Y LA CONDUCTA PROSOCIAL EN JOVENES ADOLESCENTES ESCOLARIZADOS, DE ESTRATO 1 Y 2.”**

### **ASENTIMIENTO INFORMADO**

FECHA:

Te estamos invitando a participar en el proyecto “**EFECTO DE LA APLICACIÓN DEL PROTOCOLO DE INTERVENCIÓN REBOLLEDO (2009), HENAO Y PEREZ (2011) PARA EL MANEJO DE LA INTIMIDACION ESCOLAR Y LA CONDUCTA PROSOCIAL EN JOVENES ADOLESCENTES ESCOLARIZADOS, DE ESTRATO 1 Y 2.**”. Tú puedes decidir si aceptas o no participar en el proyecto. Si no quieres participar no pasara nada.

Lo que harás, si aceptas participar, es contestar unas preguntas de algunos cuestionarios sobre lo que sientes, piensas y como actúas en tu diario vivir, en estas preguntas no hay respuestas buenas ni malas. Además, participar en un taller que dura once sesiones, que serán llevadas a cabo durante tu horario escolar con autorización de tus padres y profesores.

Si durante la aplicación de los cuestionarios y el desarrollo del taller, decides no continuar puedes hacerlo. Debes decirlo a la persona encargada.

Puedes realizar todas las preguntas que tengas sobre el proyecto y si después de que te contesten todas tus dudas decides que quieres participar, sólo debes firmar en la parte inferior.

Todos los datos que suministres serán guardados por los encargados del proyecto, los cuales los conservarán de manera confidencial. Este proyecto tiene como fin entrenarte en unas competencias que te permitan adquirir



comportamientos que generen un ambiente escolar más agradable y benéfico para ti.

Por tanto, manifiesto que he leído y comprendido la información de este documento y en consecuencia acepto su contenido.

---

**Nombre**

---

**Firma y Documento de Identificación**

## APENDICE D

Somos un grupo de estudiantes de la Universidad Nacional Abierta y a Distancia, adscritos a la Escuela de Ciencias Sociales Artes y Humanidades, los cuales iniciamos una investigación con el fin de establecer cómo es la convivencia en niños, niñas y adolescentes de tu edad. Por tal motivo, te daremos a conocer unas preguntas las cuales se relacionan con algunas de las situaciones que pueden estar sucediendo en el interior de tu colegio y fuera del mismo.

No tienes necesidad de dar a conocer tu nombre, es importante que tengas conocimiento que aparte de las personas que integran este grupo de investigación, nadie más tendrá acceso a la información y aportes que tú nos suministres, así que ni tus padres ni profesores de tu plantel educativo lo sabrán.

Por darnos tu respuesta de forma seria, sincera y honesta no tendrás nota, pero contribuirás al cambio de la situación real por la cual pueden estar pasando algunos de tus compañeros.

Resalta con una X la opción que corresponda a tu situación actual, de igual forma suministra la información solicitada en cada una de las preguntas que se relacionan a continuación así:

Soy Niño y/o adolescente: \_\_\_\_\_

Soy niña y/o adolescente: \_\_\_\_\_

Edad: \_\_\_\_\_

¿En qué ciudad naciste?: \_\_\_\_\_

¿Cuánto tiempo llevas viviendo en la ciudad que relacionaste?

1. Menos de 1 año \_\_\_\_\_
2. Entre 1 y 5 años \_\_\_\_\_
3. Más de 6 años \_\_\_\_\_

Ciudad de nacimiento de mi padre:

Ciudad de nacimiento de mi madre:

¿Con quién vives?

- 1- Con mi padre y con mi madre \_\_\_\_\_
- 2- Sólo con mi madre \_\_\_\_\_
- 3- Sólo con mi padre \_\_\_\_\_
- 4- Con mi madre unas temporadas y con mi padre otras \_\_\_\_\_
- 5- Con otros familiares \_\_\_\_\_

En el siguiente ejercicio te daremos a conocer algunas de las palabras y términos más comunes, los cuales hacen referencia a los comportamientos que tienen algunos de tus compañeros en el interior de tu institución educativa.

A continuación veras los números **1 2 3 4** cada uno de ellos trae un enunciado debes leerlo de forma detallada, seguidamente elige tu respuesta señalándola con una X sobre el número que creas corresponde a la situación presentada.

1	2	3	4
Nunca	Algunas	Bastantes	Muchas
Veces	Veces	Veces	

1. Algún compañero/ame ha pegado golpeado para hacerme daño de verdad-1234
2. Algún compañero/a ha contado mentiras sobre mí para que los demás no quieran venir conmigo-1234
3. Algún compañero/a se ha metido conmigo-1234
4. Algún compañero/a me ha gritado-1234
5. Cuando algún compañero/a se ha enfadado conmigo me ha apartado de mi grupo de amigos para que no jugara o participara en alguna actividad-1234
5. Algún compañero/a me ha insultado-1234
6. Algún compañero/a me ha ignorado Tratado con indiferencia 1234
8. Cuando algún compañero/a se ha enfadado conmigo me ha tratado con indiferencia o me ha dejado de lado 1 2 3 4
9. Algún compañero/a me ha amenazado 1234
10. Algún compañero/ame ha tratado con indiferencia o me ha

dejado de lado para conseguir lo que él/ella quería 1 2 3 4

11. Algún compañero/a se ha burlado de mí para fastidiarme de verdad 1 2 3 4

12. Algún compañero/a ha contado rumores 1 2 3 4

13. Algún compañero/a me ha robado 1 2 3 4

14. Algún compañero/a me ha tratado con indiferencia o me ha dejado de lado a propósito para que me sienta mal 1 2 3 4

15. Algún compañero/a me ha dado muchos golpes 1 2 3 4

16. Algún compañero/a se ha metido con mi familia 1 2 3 4

17. Algún compañero/a me ha compartido mis secretos con otros 1 2 3 4

18. Algún compañero/a me ha acusado de algo que yo no he hecho 1 2 3 4

19. Algún compañero/a le ha dicho a los demás que no sean mis amigos/as 1 2 3 4

20. Algún compañero/a me ha despreciado humillado 1 2 3 4

<p>Cuando has respondido a las preguntas anteriores,                  ¿En Quién estabas pensando?                  Señala con una X el cuadro correspondiente.</p>	
En un compañero especialmente	
En una compañera especialmente	
En un compañero especialmente, acompañado de un Grupo de amigos/as que le apoyan	
En una compañera especialmente, acompañada de un Grupo de amigos/as que le apoyan	
En varios compañeros/as que son un grupo de amigos	
En varios compañeros/as que no son amigos entre sí	

<p>Estas situaciones que te han ocurrido en el colegio, ¿Con qué frecuencia te han pasado? Señala con una X el cuadro correspondiente.</p>	
Nunca me han pasado esas cosas	
Solo me han pasado 1 o 2 veces en el curso	
Me han pasado 1 o 2 veces durante varios meses	
Me han pasado 1 o 2 veces a la semana durante varios Meses	
Me han pasado todos los días del curso	