



Universidad
Zaragoza

Trabajo Fin de Grado

Propuesta de intervención contra el acoso escolar a
través de la educación socioemocional

Autor

Paula Solanas Marcos

Director

Verónica Sierra Sánchez

Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación. Campus de Huesca

2021-2022

ÍNDICE

| | |
|---|----|
| 1. JUSTIFICACIÓN..... | 1 |
| 2. OBJETIVOS..... | 2 |
| 3. INTRODUCCIÓN..... | 2 |
| 4. MARCO TEÓRICO..... | 4 |
| 4.1. Evolución histórica del concepto de acoso escolar..... | 4 |
| 4.2. TIPOS DE ACOSO ESCOLAR..... | 7 |
| 4.3. Personas que intervienen..... | 8 |
| 4.3.1. Víctima..... | 8 |
| 4.3.2. Agresor..... | 9 |
| 4.3.3. Espectador/Observador..... | 9 |
| 4.4. Factores que intervienen..... | 10 |
| 4.5. Consecuencias derivadas del acoso escolar..... | 13 |
| 4.6. Cyberbullying..... | 15 |
| 5. EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL..... | 16 |
| 5.1. Beneficios de la educación socioemocional..... | 18 |
| 5.2. Habilidades socioemocionales para la prevención del acoso escolar..... | 19 |
| 5.3. Programas de intervención escolar..... | 21 |
| 6. DISEÑO DE LA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN..... | 25 |
| 6.1. Introducción:..... | 25 |
| 6.2. Objetivos:..... | 25 |
| 6.3. Contenidos..... | 26 |
| 6.4. Competencias..... | 28 |
| 6.5. Metodología..... | 29 |
| 6.6. Temporalización..... | 29 |
| 6.7. Actividades..... | 33 |
| 6.8. Adaptaciones..... | 53 |
| 6.9. Evaluación..... | 53 |
| 6.10. Conclusiones..... | 54 |
| 7. BIBLIOGRAFÍA..... | 57 |
| ANEXOS..... | 66 |

Propuesta de intervención contra el acoso escolar a través de la educación socioemocional

Intervention proposal against bullying through socioemotional education

-Elaborado por Paula Solanas Marcos

-Dirigido por Verónica Sierra Sánchez

-Presentado para su defensa en la convocatoria de Junio del año 2022

-17.579

RESUMEN

El acoso escolar se ha convertido en un problema muy presente en nuestra sociedad y, habitualmente, arraigado al ámbito educativo. Además, es importante destacar que este acoso produce graves consecuencias en aquellas personas involucradas, por este motivo, es necesario abordar aquellos factores que favorezcan la prevención de este tipo de situaciones, tanto a nivel educativo como familiar. En este sentido, este Trabajo de Fin de Grado tiene como propósito entender el concepto de acoso escolar y las consecuencias que puede acarrear en un futuro a las personas que están involucradas dentro de esta problemática. Así como, presentar una propuesta de intervención basada en la educación socioemocional con la finalidad de favorecer la prevención y detección precoz del acoso escolar, proporcionando herramientas para gestionar y controlar las emociones desde la etapa de educación infantil, así como promover valores como el respeto, la convivencia y la tolerancia.

Palabras clave: Acoso escolar, educación socioemocional, violencia, habilidades socioemocionales, prevención

ABSTRACT

Bullying is a very frequent problem which has existed over the years in the educational field due to the difficulties it presents to avoid it, intervening in this sense different factors at educational and family level. In this sense, the purpose of this Final Degree Project is to understand the concept of bullying and the consequences that it can have in the future for the people involved in this problem. For this reason, an intervention proposal is introduced based on socioemotional education in order to prevent and early detect bullying, providing tools to manage and control emotions from the early childhood education stage, as well as to promote values such as respect, coexistence and tolerance.

Key words: Bullying, socioemotional education, violence, socioemotional skills, prevention

1. JUSTIFICACIÓN

Actualmente, el acoso escolar es un tipo de maltrato que habitualmente se encuentra presente en las escuelas. Por este motivo, se considera necesario resaltar la importancia de este tema en nuestra sociedad, así como profundizar en las causas que desenvuelven este tipo de comportamientos y encontrar diferentes estrategias que permitan afrontar y prevenir este tipo de situaciones desde las primeras etapas escolares. A pesar, de la relevancia de la temática propuesta, la realidad nos muestra que en el ámbito escolar todavía no se le otorga la importancia necesaria, ni se establecen directrices en la formación de los docentes o programas educativos que permitan prevenir este tipo de situaciones. Por ello, conviene recordar que la educación debe contribuir al desarrollo integral del individuo y a su bienestar.

No obstante, las cifras que rodean los casos de acoso escolar en nuestro país siguen aumentando año tras año y las medidas llevadas a cabo parecen ser insuficientes. Además, con el paso del tiempo y los cambios en los que nuestra sociedad se ve inmersa, ha conllevado la aparición de nuevos tipos de acoso escolar, uno de ellos es el cyberbullying. En este sentido, la aparición de las Tecnologías de la Información y la Comunicación, aunque hayan ofrecido multitud de ventajas a todos los niveles, también ha abierto nuevas vías de acoso que hacen necesaria una concienciación de la importancia de hacer un uso saludable de las mismas en todos los contextos en los que se desenvuelven y desarrollan los estudiantes.

Por todo lo expuesto anteriormente, el objetivo principal de este Trabajo de Fin de Grado es sensibilizar a todos los agentes educativos acerca de la importancia de la prevención y detección de los casos acoso escolar, así como sugerir una propuesta de intervención que sirva para prevenir este tipo de acoso en la escuela y dotar de estrategias al alumnado para evitarlo.

2. OBJETIVOS

En este Trabajo de Fin de Grado se han planteado los siguientes objetivos:

-Objetivo general:

- Diseñar una propuesta de intervención para la prevención del acoso escolar aplicada desde la etapa de educación infantil y fundamentada en el desarrollo socioemocional del alumnado.

-Objetivos específicos:

- Reflexionar sobre el concepto de acoso escolar, los agentes implicados, las causas y consecuencias que provoca.
- Analizar la importancia que tienen las emociones desde los primeros años de vida, proporcionándoles a los niños herramientas para poder gestionarlas y controlarlas de forma adecuada.

3. INTRODUCCIÓN

Este Trabajo de Fin de Grado presenta una propuesta de intervención que pretende mostrar la importancia que tiene prevenir el acoso escolar en las aulas de educación infantil a través del desarrollo de la competencia socioemocional del alumnado.

El acoso escolar es un problema que ha existido desde hace muchos años, pero ha sido en los últimos años cuando ha logrado obtener una mayor visibilidad por parte de la sociedad, este hecho es debido a las cifras tan altas de casos que están ocurriendo en todo el mundo y los desenlaces fatídicos que algunos de estos casos se han dado. Se trata de una realidad que presenta muchos efectos negativos en todos los agentes implicados y que, desgraciadamente, provoca situaciones muy complicadas no sólo en los niños, sino también en su entorno familiar y escolar.

Tras una profunda revisión bibliográfica realizada sobre la temática abordada, este trabajo pretende responder a algunas preguntas que, hoy en día, se alzan sobre el acoso escolar, como por ejemplo:

¿Quiénes son las personas que intervienen? ¿qué problemas puede acarrear esta problemática en el futuro? ¿qué medidas podemos tomar para prevenirlo y/o erradicarlo? ¿en qué momento puede comenzar el acoso escolar? ¿qué signos de alarma debemos tener en cuenta? Para responderlas, es necesario implicar a los agentes educativos, por un lado, los maestros deben tener la formación adecuada para actuar ante este tipo de situaciones, así como dotar de estrategias al alumnado y concienciarlo desde la temprana infancia de la importancia de respetar a los compañeros, de enseñarles valores como la tolerancia, la empatía, la humildad o la igualdad.

En resumen, este Trabajo de Fin de Grado recoge los aspectos más esenciales asociados al acoso escolar en relación a tipos de escolar, agentes que intervienen, factores, así como consecuencias del *bullying* en las personas implicadas. Por otro lado, se presenta de forma especial, un tipo de acoso que en los últimos años está en auge, una nueva forma de acoso escolar cada vez más frecuente y peligrosa en nuestra sociedad, el *cyberbullying*. Con el objetivo de prevenir la existencia del acoso en las escuelas, se contempla que educar a los niños en las emociones desde la etapa de educación infantil es un factor muy importante. Es necesario que los niños aprendan a reconocer sus propias emociones, sean capaces de identificar y comprender las emociones que siente otra persona, así como sean capaces de gestionarlas en cada momento para que, de esta forma, tengan un buen desarrollo socioemocional, un nivel alto de autoestima, de autoconcepto y, por supuesto, un buen autocontrol de las emociones. Por todo ello, tras revisar programas de intervención específicos sobre esta temática, se ha elaborado una propuesta de intervención para la prevención del acoso escolar desarrollando las emociones de una manera más lúdica a través del juego, evaluando de forma individual las actividades y desarrollando una serie de estrategias para la prevención del acoso escolar.

Por último, se considera que un buen desarrollo socioemocional del alumnado puede contribuir a su desarrollo integral, así como lograr su bienestar a todos los niveles.

4. MARCO TEÓRICO

4.1. Evolución histórica del concepto de acoso escolar

El acoso escolar ha existido a lo largo de la historia y se ha ido haciendo cada vez más visible conforme han ido sucediendo numerosas y nuevas situaciones de violencia en los centros educativos. En ocasiones, la consecuencia de estas situaciones vividas en el entorno ha terminado con la vida de algunos niños y niñas menores de edad. Durante los últimos años el concepto de acoso escolar también llamado *bullying* ha estado muy presente en nuestro entorno social y cultural, motivo por el cual se observa en diferentes medios de comunicación, numerosos casos de niños que han sufrido acoso escolar en sus centros educativos. Esta situación ha supuesto un reto para el profesorado presente en los centros educativos afectando socialmente a todas las personas, para afrontar y erradicar este tipo de situaciones se han ido creando nuevas campañas contra el acoso escolar, nuevas organizaciones y ayudas para erradicar este problema.

El término de *bullying* apareció en los años setenta en algunos países nórdicos como Noruega, Suecia y Finlandia, extendiéndose años más tarde a otras partes del mundo (Bassaletti, 2013). A finales de los años 70, se iniciaron en Suecia fundamentos en el suicidio de tres menores que habían sido acosados por varios de sus compañeros. Estas circunstancias advirtieron a las autoridades educativas de los problemas que estaban dándose en los centros educativos entre los escolares y el alcance de sus consecuencias. Las primeras investigaciones sobre el concepto de acoso escolar dieron comienzo en el año 1969 gracias a Peter-Paul Heinemann, un psiquiatra sueco, que lo denominó como *mobbing*¹ (Garaigordobil & Oñederra, 2010; Ortega, 2010). Sin embargo, uno de los autores más importantes respecto al estudio del acoso escolar fue el profesor Dan Olweus quien inició el primer estudio sobre el *bullying* y las conductas que conlleva en los adolescentes.

Otros autores continuaron indagando sobre este aspecto, sus causas, consecuencias y posibles propuestas de intervención que permitieran evitar este tipo de situaciones entre los escolares.

¹Agresión de un grupo de alumnos contra uno de sus miembros que interrumpe las actividades ordinarias del colectivo

Uno de ellos fue Anatol Pikas quien escribió la primera intervención del bullying en el año 1975 y Kjerstil Lagerspetz en 1982 en Finlandia.

Estas intervenciones se crearon como solución a las situaciones que se estaban produciendo en Noruega dado a la gran cantidad de suicidios de jóvenes. Por ello, en el año 1983 se lanzaron las primeras campañas de prevención como señala Ortega (2010).

A lo largo de los años se han ido desarrollando numerosas definiciones por parte de muchos autores sobre qué significa este término exactamente. El concepto de *Bullying* “es un término procedente del inglés y puede asemejarse a otros términos españoles como “matonismo”, pero especificando de una forma más concreta, podría relacionarse con “intimidación”, “maltrato”, “acoso” y “abuso” (Navarrete, 2009, p. 337).

Los autores Oñate y Piñuel (2005, p.2) definen el acoso escolar como:

Un continuado y deliberado maltrato verbal y modales agresivos que recibe un niño por parte de otro u otros, que se comportan con él cruelmente con el objeto de someterlo, apocarlo, asustarlo, amenazarlo y que atentan contra la dignidad del niño.

Por otro lado, Cerezo (2010, p.1) lo define como “una forma de maltrato, generalmente intencionado y perjudicial, de un estudiante hacia otro compañero, generalmente más débil, al que convierte en su víctima habitual. Suele ser persistente, y puede durar semanas, meses o años”.

Posteriormente, Cerezo (2009, p.384) afina su definición señalando que:

Es un conjunto de conductas agresivas, entendidas como los ataques repetitivos -físicos, psicosociales o verbales-, de determinados escolares que están en posición de poder sobre aquellos que son débiles frente a ellos, con la intención de causarles dolor para su propia gratificación.

Por otra parte, como indica el autor Rojas Marcos (2005) un alumno sufre acoso cuando no sabe defenderse de ciertos ataques. Estos ataques no solo se presentan como violencia física, sino también como violencia verbal siendo muy perjudicial para la víctima (Díaz Aguado et al., 2004).

De esta manera los alumnos que acosan a otros compañeros lo ven como algo divertido, como si realmente fuera un juego para ellos, y no conscientes del grave daño que están haciendo a sus compañeros.

De hecho, tal y como afirma Cerezo (1998), el acoso escolar puede provocar en los estudiantes graves problemas de ansiedad, miedo y falta de interés por ir al colegio. Se trata de un problema que cada vez se está haciendo más visible en los centros educativos.

Por otro lado, en cuanto a las estadísticas de violencia escolar cabe destacar que se encuentran entre un 14% y 18% los alumnos que participan en actos de intimidación hacia otros; además, respecto al tipo de agresiones desempeñadas por estos alumnos en función de su género, se concreta que los alumnos de género masculino emplean las agresiones físicas de forma más común, mientras que las alumnas de género femenino son más propicias al empleo de cuchicheos, rumores o aislamiento a las víctimas como acciones más repetidas en este tipo de situaciones (Navarrete, 2009). Por otra parte, Ortega y Mora-Merchán (2000) consideran que las situaciones entre los alumnos suelen ocurrir mayormente en espacios como el recreo más que en otros espacios del centro.

Según datos proporcionados en el Informe del Defensor del Menor se estima que la mitad de los centros educativos presentan situaciones de *bullying*, así como los implicados en este tipo de situaciones alcanzan la mitad, de forma que tres de cada diez estudiantes de secundaria son víctimas diarias de violencia en las escuelas con un 4% de agredidos físicamente y un 9% de amenazados.

Respecto a las formas de maltrato asociadas a este tipo de situaciones, el Informe del Defensor del pueblo (AAVV, 2007) presenta una serie de porcentajes de alumnos sobre las formas de agresión más frecuentes en el alumnado:

La forma de agresión más frecuente es la agresión verbal (insultos, poner motes ofensivos, hablar mal de alguien) que oscila entre el 55,8% y el 49%; seguida por la exclusión social (señalada por más del 22% de los encuestados). La agresión física directa, como pegar (14,2%) robar cosas (10,5%) y romper las cosas de otros (7,2%) se sitúa en tercer lugar, las amenazas y los chantajes, desde meter miedo a amenazar con armas oscila entre el 22,7% y el 1%, y, por último, el acoso sexual es

percibido como que ocurre en muchos casos por el 1,3% de los encuestados (Informe del Defensor del Pueblo, 2007, p 388).

La Organización Mundial de la Salud, OMS, en el año 1996 reconoció que la violencia es un problema de salud pública dando lugar a distintas formas de violencia y la relación que hay entre todas ellas.

La OMS dividió la violencia en tres grandes categorías generales a partir de quién comete el acto: violencia auto infligida que involucra el comportamiento suicida y las autolesiones; violencia interpersonal que ocurre en la familia, la pareja y la comunidad; y violencia colectiva que se evidencia en ambientes sociales, políticos y económicos (OMS, 2003, p. 19).

4.2. TIPOS DE ACOSO ESCOLAR

Dentro del bullying podemos encontrar diferentes tipos de violencia, dando lugar a distintas opiniones sobre cuáles son estos tipos de acoso. Avilés (2006) realizó una clasificación sobre el Defensor del Pueblo desarrollando varios criterios para clasificar estas conductas:

- En primer lugar, clasificar el tipo de gravedad que tienen este tipo de conductas dando lugar al acoso escolar.
- En segundo lugar, obtener el grado de visibilidad de estas conductas.
- En tercer lugar, conocer el tipo de contenido que tiene esa acción o esa conducta.

Como indican Reyzabal y Sanz (2014) esta violencia escolar se agrupa en diferentes tipos de acoso:

a) Físico:

“Incluye toda acción corporal como golpes empujones, patadas, formas de encierro o daño a pertenencias” (Domínguez y Manzo, 2011, p. 22). Como explica el Defensor del Pueblo (2000), el maltrato físico también puede producirse de forma indirecta al dañar los objetos personales, esconderlos para que la víctima no pueda encontrarlos y, provocar aún más daño, rompiendo las cosas o quitándoselas.

b) Verbal:

Por otro lado, Rojas y Zarate (2012), mencionan que el acoso escolar “está relacionado con amenazas, insultos, burlas crueles sobre el aspecto físico, origen étnico, algún defecto o anomalía visible, una rareza del habla o de la conducta” Por otro lado, Según Olweus (1993) y Ortega (1998, 2006) indican que es el tipo de acoso más frecuente; de manera que el agresor menosprecia y destaca los defectos físicos del resto. Como indica el Defensor del Pueblo (2000) este tipo de acoso es el que más huella deja a la víctima debido a que los insultos, las acusaciones, los moteos, menospreciar a la víctima delante de más personas, hablar negativamente a las espaldas y delante de la víctima, puede llegar a afectar en su autoestima en muchos aspectos.

c) Psicológico:

El acoso psicológico se centra en “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” (Avilés, 2003, p18). Por otra parte, como indican Rojas y Zarate (2012) el acoso psicológico está relacionado con los distintos tipos de agresiones que pueden llegar a afectar mentalmente a la víctima con comportamientos tales como gestos de asco, tener conversaciones de forma agresiva, actitudes que humillen a la víctima o actitudes de desprecio, no dejar participar a la víctima en actividades o ignorar su presencia.

4.3. Personas que intervienen

Respecto a los agentes que pueden estar implicados en una situación de acoso escolar, los autores Legue y Manguendo (2013) señalan que en el *bullying* existen tres tipos de perfiles: la víctima, los agresores y los testigos o espectadores.

4.3.1. Víctima

Cerezo (2001) explica que las víctimas suelen ser personas más tímidas, que les cuesta más que al resto relacionarse con sus iguales y hacer amigos, tienden a mayor probabilidad de aislamiento social, de manera que sufren en silencio las agresiones por parte de los agresores (Como se citó en Tresgallo, 2008).

En palabras de Farrington (1993, p.381) “la victima considerando su personalidad, se muestra débil, insegura, ansiosa, sensible, tranquila y tímida y con niveles muy bajos de autoestima”.

Por otro lado, físicamente son personas menos fuertes que los agresores de modo que son personas que tienden a sufrir mayor ansiedad, inseguridad y se muestran más nerviosas (Olweus, 1993). Algunos investigadores como Olweus consideran que tener ciertos rasgos físicos diferentes como el color de piel o poseer objetos como gafas, parches pueden ser claves para que se produzcan estas agresiones.

Además, tal y como señala Castro (2011), este tipo de victimas se suelen ver afectadas por situaciones con problemas para comunicarse, poca popularidad entre sus iguales y situaciones de aislamiento. La característica principal de la víctima es que está indefensa, por tanto, tiene más dificultad para salir de la situación del acoso por si sola (Díaz-Aguado, 2006).

4.3.2. Agresor

Como algunos autores (Monsclús y Saban, 2006; Pellegrini et al., 1999; Smith et al., 2004) indican los agresores son personas que utilizan la fuerza para resolver los problemas, debido a la falta de argumentos para defenderse verbalmente, en estas circunstancias muestran mayor impulsividad y el uso de diferentes formas de acoso como insultos, apodos, risas etc..., ocasionando graves problemas psicológicos y sociales en la victima en un futuro.

Por otro lado, Olweus (1998) explica que los agresores tienden a intimidar a las personas de su entorno, llevan a cabo constantes desafíos a los adultos, se muestran exteriormente como personas más duras y con pocas compasión hacia el resto; así como presentando una actitud negativa hacia el colegio y hacia los estudios.

4.3.3. Espectador/Observador

Otro tipo de figura que puede formar parte de las situaciones en las que se da el acoso escolar es el espectador u observador. En este sentido, Olweus (1998) indica que los estudiantes que no se involucran en intimidar al resto de sus compañeros y que no toman la iniciativa, por ese motivo, se les consideran como seguidores.

Los espectadores son personas clave, ya el agresor es el encargado de mostrar al espectador cuanto poder tiene; en estos casos, si la actitud mostrada por el espectador es a través de su silencio antes estas conductas, está permitiendo al agresor continuar con esta violencia. Por otro lado, existen aquellos espectadores que sienten que las víctimas deben sufrir esas agresiones debido a que no saben cómo defenderse. Entre los perfiles de los espectadores u observadores, Salmivalli (1999) propone que se pueden diferenciar tres tipos:

➤ **Observador activo:**

Son aquellos que pertenecen a amistades más cercanas de la víctima y que sin agredirla directamente, le ofrecen una respuesta positiva al agresor. Observan lo que está pasando y promueven el acoso mediante risas o gestos.

➤ **Observador pasivo:**

Son personas externas que siempre están ahí, pero de forma más alejada, por lo tanto, ignoran lo que ocurre sin estar a favor ni de las víctimas o de los agresores.

➤ **Observador proactivo:**

Este tipo de perfiles son de personas que se involucran más en comportamientos hostiles a la intimidación al ponerse en el bando de la víctimas, ayudan a sus compañeros y avisan a los profesores o una personas adultas para que puedan detener las conductas de acoso (Salmivalli, 1999). Según otros autores (Sainio et al., 2010; Salmivalli, 2010), este tipo de espectadores son los que tienden a ralentizar el impacto emocional del acosador, ya que proporcionan a la víctima un gran apoyo y seguridad.

4.4. Factores que intervienen

Existen multitud de factores que pueden intervenir en la existencia de este tipo de situaciones. En este sentido, detectar los factores de riesgo radica en la capacidad de identificar las variables que influyen en posibles comportamientos negativos que puedan darse en un futuro, con la finalidad de identificar las medidas preventivas adecuadas.

Hasta la fecha, se han identificado una serie de factores que pueden influir de manera directa en los agentes que intervienen en el *bullying* y promover este tipo de situaciones. Algunos de los factores que intervienen son los siguientes:

a) Factores familiares:

La familia tiene una gran influencia en la manera de actuar y comportarse de sus hijos, en este sentido, es un factor que condiciona el desarrollo de su conducta, es decir, los valores transmitidos, así como la forma en la que se hace pueden condicionar el futuro comportamiento de sus hijos en la sociedad (Maccoby, 2000). Por otro lado, Ovejero (2014) afirma que crear un buen clima familiar contribuye a la reducción de que los jóvenes hoy en día participen en actos de violencia, ya sea como agresores o víctimas, de modo que cuando existe un clima familiar negativo con serios problemas para comunicarse entre ellos, es un factor importante de riesgo. Por otro lado, Castro (2011) explica que las conductas de comportamiento se aprenden a través de la familia de modo que tienen un gran impacto en el resto de relaciones de su entorno, en palabras de Castro: “cuando los niños están expuestos a la violencia intrafamiliar, la violencia pueden vivenciarla como algo percibido, pueden aprender a ver el mundo como si solo existieran dos papeles: agresor y agredido” (2011, p.242).

Además, García y Ascensio (2015, p.9-38) señalan otra serie de factores familiares importantes que pueden intervenir en el desarrollo de este tipo de situaciones, son los siguientes:

- Conflictos familiares en general (entre padres y hermanos)
- Estrategias disciplinarias parentales deficitarias, especialmente las muy duras o inconsistentes.
- Relaciones negativas entre progenitor e hijo (apego inseguro y culpabilización estigmatizadora).
- Depresión crónica de la madre.

En esta misma línea, los estilos de crianza desarrollados por los padres también pueden influir en el desarrollo de la personalidad de sus hijos, así como condicionar sus comportamientos futuros.

En este sentido, existe formas de crianza más autoritarias o más permisivas, en función de la existencia o ausencia de normas o límites que puede desencadenar en diferentes comportamientos en sus hijos, tal y como indica Estévez et al., (2010). En casos en los que los hijos observan el uso de la violencia, tanto física como verbal, en sus padres, estas circunstancias provocan que ellos mismos tengan esos mismos comportamientos y actitudes, dando lugar así, al acoso escolar.

Del mismo modo, este tipo de conductas también pueden estar relacionadas con problemas de adaptación de los hijos o con problemas de los propios padres, tales como problemas psicológicos (Monks y Coyne, 2011).

b) Factores sociales:

Para Cooley-Strickland, Griffin y Furr-Holden (2011) cobra especial importancia la influencia del entorno social en el centro educativo; así como las características y valores de la sociedad. Tal y como señala Muñoz (2016), es muy importante el tipo de relaciones interpersonales que hay entre los jóvenes en el contexto educativo, de hecho, estas influyen para lograr un mayor aprendizaje. Por otra parte, este tipo de relaciones promueve una buena socialización entre ellos, de este modo se desarrolla su competencia social, así como su personalidad de forma óptima. No obstante, determinados aspectos muy comunes entre los jóvenes pueden influir de forma negativa en el aumento de la violencia, como es el caso de aquellos que ven violencia en los videojuegos y en los medios de comunicación. Estas acciones pueden provocar la falta de sensibilidad hacia las víctimas llegando a imitar ciertas conductas violentas (López-Castedo, et al, 2010). Al observar esta violencia la asocian con personajes exitosos, de manera que los niños y los jóvenes pueden sentirse identificados con ellos y con aquellos valores donde se acepta la violencia para amenazar o conseguir cosas de los demás.

c) Factores escolares:

Un ambiente escolar negativo ha sido identificado como un factor de riesgo para el *bullying*, tal y como señala Aronson (2000). En este sentido, se considera un ambiente escolar negativo cuando los estudiantes no tienen apoyo por parte de los maestros de modo que las normas se perciben como rígidas y poco flexibles, desarrollándose valores

competitivos, por otro lado se aceptan algunas formas de agresión, pero no se trabajan valores importantes como el respeto y la tolerancia (Cava y Musitu, 2002)

Las propias habilidades sociales de los estudiantes pueden desempeñar un papel muy importante en el aumento del acoso escolar de forma que si no se trabajan de forma explícita mediante dinámicas de grupo en las que se fomente el respeto a las opiniones de los demás o el respeto a las normas; se producirán situaciones de aislamiento social (Cerezo y Calvo, 2011; Torrego, 2006). Por otra parte, si el centro no responde adecuadamente al desarrollo de las competencias necesarias para lograr un buen desarrollo integral en el alumnado es probable que surjan situaciones de aislamiento social o acoso escolar (Cerezo y Calvo, 2011; Torrego, 2006). Para ello, los centros educativos deben fomentar la realización de actividades o talleres donde se trabaje la resolución de conflictos que se puede dar entre los compañeros, y las formas correctas de actuar en este tipo de situaciones en función del papel que se desempeña. El clima positivo de aula es un aspecto muy importante para que se establezcan lazos de unión y una buena cohesión entre los miembros que conforman el grupo clase, no obstante, actualmente no se le da importancia necesaria a esta cuestión.

Las orientaciones y valores transmitidos por el entorno familiar, las relaciones sociales óptimas tanto dentro del centro escolar como fuera del mismo, así como un buen clima de aula y de centro, son factores que pueden influir en el desarrollo de situaciones de acoso escolar.

4.5. Consecuencias derivadas del acoso escolar

Algunos autores (Horne et al, 2007; Correia & Dalbert, 2008) señalan que el impacto del acoso escolar puede tener serias consecuencias en las víctimas a todos los niveles.

A nivel psicológico puede desencadenar en depresión, baja autoestima y estrés; en relación al nivel físico, puede con lleva dolores de cabeza o de estomago. Además, puede interferir en el control de esfínteres, así como en el descanso nocturno.

Entre las numerosas consecuencias que se derivan del acoso escolar, el profesor Olweus (1998) menciona algunas de ellas asociadas a las víctimas que sufren o han sufrido este tipo de acoso. En este sentido, las victimas muestran signos de haber sido lastimadas o humilladas; de modo que tienen miedo a volver al colegio por si se vuelve

a repetir la agresión. Comienzan a tener estados de ansiedad extremadamente altos con posibles comportamientos negativos creando en las víctimas una autoimagen negativa de ellos mismos, pudiendo adoptar posibles formas de suicidio. Por otro lado, los agresores no se quedan inmunes a estas consecuencias, ya que al estar acostumbrados a cumplir sus objetivos por medio de presionar y agredir a las víctimas pueden acarrear serios problemas en un futuro. Los espectadores por otra parte no deben de ser ignorados, ya que tienen que aprender que su conducta es inapropiada, de forma que si no modifican estas conductas se generan comportamientos egoístas y falta de sensibilidad hacia sus iguales.

Entre las consecuencias mencionadas, Elliot (2008, p.23) concreta en aquellas consecuencias que hacen referencia a la víctima o persona que sufre este tipo de acoso, entre ellas destaca:

- Miedo de ir o volver a la escuela
- Malos resultados académicos
- Objetos personales dañados
- Tener hambre debido al robo del almuerzo
- Tartamudeo
- Adopción de conductas más introvertidas
- Imitar los comportamientos del agresor y golpear a niños
- No explicar nada de lo que sucede
- Pesadillos de forma frecuente
- Baja autoestima
- Llorar sin motivo
- Pérdida de apetito

En lo que se refiere a las consecuencias que el desarrollo de situaciones de *bullying* puede generar en los agresores, Voors (2000, p.24) señala las siguientes:

- Falta de adaptación
- Actitud impulsiva
- Escaso afecto hacia los demás
- Miedo a confiar en los demás

- Poca sensibilidad o empatía
- Bajo rendimiento escolar
- Conflictos con padres, profesores y resto de personas
- Objetivos de aprendizaje más bajos

Es evidente, que las situaciones de acoso en los centros educativos reportan consecuencias negativas a los agentes que participan en ellas, por ese motivo, se considera necesario evitar esta tipo de situaciones.

4.6. Cyberbullying

Las TIC han dado lugar a una nueva forma de intimidación y de acoso a los jóvenes llamada “*cyberbullying*” definida como “la utilización de las nuevas tecnologías de la información y de la comunicación tales como Internet (correo electrónico, mensajería o “chat”, páginas web o blogs), el teléfono móvil y los videojuegos online principalmente para ejercer acoso psicológico entre iguales” (Garagordobil, 2011).

Otros autores como Smith et al. (2008, p, 376-385) la definen como:

Aquella conducta agresiva e intencional que se repite de forma frecuente en el tiempo mediante el uso, por un individuo o un grupo, de dispositivos electrónicos como el correo electrónico, mensajería instantánea, chats, móviles, y que se ejerce sobre una víctima que no puede defenderse por sí misma fácilmente.

El uso de las Nuevas Tecnologías de la Información y de la comunicación (TIC) se ha ido normalizando en la sociedad, de forma que ha conseguido convertirse en una herramienta fundamental para mantener relaciones interpersonales.

Tal y como indican los datos estadísticos recogidos por el Instituto Nacional de Estadística (2015) respecto al uso de este tipo de herramientas entre los adolescentes, se expone que a lo largo del año 2014, el uso del ordenador e Internet entre los menores de 10 a 15 años estaba en torno al 93.8% y la disposición de la telefonía móvil entre el 23.9% entre los menores de 10 años y el 90% en los adolescentes de 15 años. Unas cifras alarmantes entre la población más joven.

El acoso que se materializa a través de las redes sociales está relacionado con el anonimato que estas permiten para navegar por las mismas. El hecho de que aumente el acoso a través de las redes sociales ha ido evolucionando dando lugar a nuevos recursos

para ejercerla mediante ordenadores y teléfonos móvil como indica Garagordobil (2011). Por otro lado, se considera relevante establecer diferencias entre el acoso más tradicional y su nueva versión asociada al uso de las redes sociales, en este sentido, Campbell (2005) y Mora, Merchán y Ortega (2007) proponen varias características con la intención de facilitar su diferenciación:

- Causa una gran inseguridad en la víctima
- Las agresiones pueden ser cualquier hora y en cualquier momento
- Los espectadores pueden observar la agresión numerosas veces
- Las víctimas no conocerán a sus agresores ya que se mantienen anónimos

Las víctimas que con frecuencia sufren este tipo de violencia suelen ser personas con problemas para comunicarse y dificultad, generalmente, en las relaciones interpersonales además de una alta predisposición a la ansiedad social como indican (Carbonell et al., 2012; Chóliz y Marco, 2011; Echeburúa et al., 2009).

5. EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL

Los seres humanos a lo largo de nuestras vidas vamos desarrollando nuestra propia personalidad a raíz de las interacciones sociales e individuales que tenemos con el mundo.

Desde la infancia vamos desarrollando nuestras propias habilidades para comunicarnos con los demás, adquirimos cierta autonomía en determinadas destrezas y conforme se va produciendo ese proceso, diferentes emociones y sentimientos van surgiendo y determinando nuestra personalidad.

En este desarrollo personal intervienen dos tipos de factores, en primer lugar, se encuentran los factores biológicos, aquellos que están relacionados con el carácter y el ritmo de maduración del sistema nervioso, y en segundo lugar se encuentran los factores ambientales, relacionados con las experiencias vividas de cada uno y la educación con la que se ha criado como explica Cardemil (2014). Es muy importante que las habilidades socioemocionales se vayan consolidando durante toda nuestra vida, pero aún es más importante que se desarrollen desde los primeros años de la infancia, ya que un buen aprendizaje será clave para determinar acciones futuras (Cardemil, 2014).

Cada persona piensa y siente de modo diferente, de forma que por medio de nuestras emociones, tenemos diferentes maneras de considerar el mundo. En este sentido, Bowlby y Ainsworth (1978) explican que el tipo de relaciones que tienen las personas, unas con otras, en su vida diaria ha sido el resultado de las relaciones de apego que han tenido con sus padres en los dos primeros años de vida. Por otro lado, Wallon (1934) indica que expresar las emociones en los primeros años de vida es la base del progreso individual y la fuente del desarrollo de las habilidades sociales básicas, así como conseguir lograr una buena comunicación entre iguales.

Además, García (2018) explica que la educación socioemocional es un proceso de aprendizaje que tiene como objetivo principal el desarrollo y la puesta en práctica de la inteligencia emocional junto a ciertas habilidades sociales. Por tanto, la educación socioemocional tiene como objetivo conocer nuestros propios sentimientos y emociones y las de los demás, de esta manera ayudamos a promover las relaciones personales y sociales en cooperación con los demás.

Por otro lado, Bisquerra (2000, p.62) define la educación socioemocional como un “proceso que busca potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo”.

Según Weinstein (2018, p.64) existen dos tipos de perspectivas en cuanto a que son exactamente las emociones; primer lugar se entienden como un “conjunto de características individuales” y en segundo lugar, como “una mirada social que considera que los factores contextuales resultan determinantes para la experiencia emocional” (Zembylas, 2004, p.185-201). Por otro lado, Cassaus (2007, p.64) señala que estas dos tipos de perspectivas cohabitan con una nueva perspectiva la cual considera las emociones como “un conjunto de competencias a desarrollar que adquieren relevancia toda vez que se piense el aprendizaje socioemocional como el desarrollo de dichas competencias”

Asimismo, Bisquerra (2016, p. 71-72) explica que las emociones son “un conjunto de expresiones psicofisiológicas y son emanadas de un doble proceso: de la necesidad de protección y adaptación al entorno, y del consenso social”. De forma que la importancia de educar en las emociones ayuda a lograr que la convivencia sea más positiva (Bisquerra, 2009); ya que un buen aprendizaje emocional ayuda a fortalecer las

relaciones sociales proporcionándoles a los estudiantes una serie de herramientas para orientar su vida emocional lo más favorable posible (Goleman, 2010).

Según Raver et al., (2011), un adecuado aprendizaje socioemocional puede tener efectos muy positivos ya que se crea un clima en clase más positivo y más tranquilo para los escolares. De modo que es una manera más favorable para resolver conflictos y problemas que pueda tener el alumnado en el proceso de enseñanza y aprendizaje; cuando se produce este proceso se debe de tener en cuenta algunos aspectos emocionales del alumnado de forma que se adapten a sus necesidades creando así un clima inclusivo en las aulas, tal y como indica Ainscow et al., (2006).

5.1. Beneficios de la educación socioemocional

La educación socioemocional es un proceso global que coopera con el bienestar de los seres humanos relacionado al mismo tiempo con la evolución de las competencias emocionales.

En este sentido, la educación socioemocional ayuda a autorregular nuestras acciones, a desarrollar la empatía con nuestros iguales y a identificar nuestras propias emociones, comprenderlas y gestionarlas (Davidson, 2017).

Por otra parte, tal y como explica Peralta (2013), la educación socioemocional tiene como objetivo mejorar el bienestar tanto personal como social de las personas educando en las emociones, de esta manera, se van desarrollando poco a poco aquellas competencias socioemocionales para lograr un óptimo desarrollo global de la persona.

Según Bisquerra (2008) el bienestar engloba la cantidad de vivencias agradables que va teniendo una persona a lo largo del tiempo, buscando así un equilibrio para un desarrollo integral óptimo. En este sentido, es muy importante construir un buen vínculo entre docentes y alumnado con el fin de potenciar el desarrollo socioemocional de cada uno de ellos (Opengart, 2007). Por otra parte, un buen desarrollo emocional fomenta la aplicación de los aspectos aprendidos en situaciones futuras, como una buena comunicación y respeto hacia los demás y una participación activa en todos los aspectos de la vida (Bisquerra et al., 2003). Además, es fundamental que haya un buen clima escolar, esta cuestión es clave para el aprendizaje socioemocional del alumnado porque permite crear vínculos, afianzar la seguridad en sí mismos, así como otras cuestiones

que promueven el desarrollo de las habilidades sociales. (Arón y Milcic 2014; Cemalcilar, 2010). Además, otro de los elementos clave asociados al desarrollo socioemocional de los niños es la autoestima, en este sentido, una autoestima positiva desde la infancia implica favorecer un buen desarrollo en las relaciones interpersonales (Acevedo. 2008).

Por último, Pek-run (2014) señala que darle forma a esas competencias socioemocionales ayuda a minimizar problemas y conflictos, a disminuir los problemas de comportamiento y a gestionar esa agresividad y ese estrés.

5.2. Habilidades socioemocionales para la prevención del acoso escolar

Actualmente, se utiliza el término de habilidades socioemocionales para referirse a aquellas habilidades que permiten educar en las emociones (García, 2018).

Desde la infancia, los miembros de la familia son las primeras personas de apego que tiene el niño, por lo que el ambiente en el que se crea va a determinar de primera mano el tipo de relaciones y habilidades que va a utilizar en futuras situaciones (Monjas, 2002).

Como indica la OMS (2004), “es fundamental partir de una buena salud mental para desarrollar correctamente una serie de factores relacionados con nuestra salud como la autonomía, reconocer nuestras propias habilidades socio-emocionales y nuestro bienestar personal”. La OMS define la salud mental como “el estado de bienestar que permite a los individuos realizar sus habilidades, afrontar el estrés normal de la vida, trabajar de manera productiva y fructífera, y hacer una contribución significativa a sus comunidades. (OMS, 2004, p.4)

Asimismo, de los enfoques teóricos que se han ido desarrollando hasta la fecha para promover el bienestar, el enfoque clave se encuentra en promover diferentes habilidades socioeducativas en el contexto escolar para un buen aprendizaje tanto académico, como social y emocional proponiendo cinco habilidades socioeducativas: autoconsciencia, consciencia social, autogestión, habilidades para las relaciones sociales y toma responsable de decisiones (Casel, 2020). Por otra parte, las habilidades sociales son utilizadas en todas las relaciones interpersonales para saber buscar ayuda a través de la

comunicación, así como emplear las emociones de forma positiva para mantener esas relaciones sociales con el resto.

Finalmente, la toma de decisiones está relacionada con la reflexión necesaria en base a una serie de factores que influyen en las cosas que hacemos y en futuras consecuencias, tanto negativas como positivas, antes de tomar una decisión concreta.

Sin embargo, Bisquerra (2009) delimitó cinco tipos de habilidades emocionales dentro del desarrollo social: “conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencia emocional y competencias para la vida y el bienestar. Por otra parte, es muy importante que los docentes posean unas buenas habilidades socioemocionales para transmitirlos de forma favorable al alumnado (Herrera et al., 2015; Jones et al 2013), ya que tienen un papel muy importante en el proceso de enseñanza y aprendizaje.

Los docentes son las personas encargadas de promover un buen desarrollo integral del alumnado a través de la transmisión de unos valores adecuados y unos buenos hábitos para su vida adulta (Cuadra et., 2018).

Otras cuestiones a tener en cuenta es la aceptación social, algunos autores como Samper et al., (2015, p.849) señalan que la aprobación de los compañeros es un concepto muy importante en el desarrollo de las habilidades sociales, “la socialización, la interiorización de valores y la capacidad de autorregulación emocional; además, genera fuente de apoyo emocional, seguridad y compañía en la persona”. De forma que cuando un niño conoce y controla sus propias habilidades socioemocionales va a tener más fácil entender las emociones de los demás (Contini, 2008). De acuerdo con algunas investigaciones sobre la victimización en el entorno escolar, los procesos cognitivos y emocionales están fuertemente vinculados, de forma que es necesario tener en cuenta ambos aspectos para propiciar una buena adaptación en el aula respecto a las relaciones sociales con todos los compañeros (Samper et al., 2015). En esta misma línea, es evidente que existe la necesidad de aprender una serie de estrategias que permitan afrontar y resolver los conflictos que van ocurriendo en el día a día.

Para Calderero, Caballo y Carrillo (2011, p.611) “las víctimas suelen mostrar déficit en habilidades sociales, autocontrol y estrategias interpersonales, características facilitadoras para la solución pacífica de los conflictos”. Por lo que se propone que la intervención educativa se realice en clase.

Su propósito es otorgar estrategias para resolver las situaciones que se dan en el contexto escolar con el fin de prevenir y evitar situaciones de acoso escolar. Por ese motivo, se considera interesante que su intervención sea abordada en el aula, debido a que es el contexto social donde se genera y se mantiene el acoso escolar, considerándose un problema grupal que viene dado de las malas relaciones sociales entre el alumnado. En este sentido, para lograr una intervención exitosa es necesario tener en cuenta los factores de riesgo que fomentan la aparición de este tipo de situaciones en el contexto en el que habitualmente tienen lugar. Esto quiere decir, que desarrollar programas en un entorno escolar resulta de especial interés debido a una serie de factores de riesgos y protección asociados con la escuela.

5.3. Programas de intervención escolar

Se ha realizado una revisión de varios programas de intervención para la prevención del acoso escolar diseñados y aplicados en diferentes escuelas con el fin de conocer nuevas estrategias y medidas para prevenir el acoso escolar. Del mismo modo que ampliar el conocimiento de actividades sobre la educación socio emocional para trabajar en las aulas. Los programas son los siguientes:

– **Programa de Prevención de Bullying de Olweus (1983):**

Este programa está basado en el principio del cambio sistémico que tiene como objetivo principal crear un ambiente seguro en el aula. Su finalidad es reducir y prevenir el acoso escolar entre los alumnos y mejorar las relaciones interpersonales entre ellos. El OBPP ha conseguido llevar a cabo nuevas estrategias de prevención de acoso escolar en distintas áreas escolares, y al mismo tiempo nuevas intervenciones cuando ocurren problemas de acoso. En este programa participan todos los alumnos dando atención individualizada a los agresores y a las víctimas.

El OBPP se basa en cuatro principios básicos derivados de las investigaciones sobre reducción de conductas agresivas. Los adultos en la escuela deben:

- 1) Manifestar amabilidad, interés positivo y compromiso
- 2) Establecer límites firmes para las conductas inaceptables.
- 3) Definir consistentemente consecuencias de apoyo predecibles cuando ocurran conductas inaceptables.
- 4) Actuar como autoridades y como roles modelo positivos.

Esta serie de principios básicos están compuestos por una serie de estrategias que reúnen todos los niveles en la escuela de forma proporcionan una serie de herramientas para que las familias participen y sean un apoyo muy importante.

– **Programa PATHS “*Promoting Alternative Thinking Strategies*”:**²

Este programa se creó en la Universidad de Pensilvania y se ha implementado en los Estados Unidos de América, y en otros países de Europa y América.

Este programa incluye actividades y clases que se realizan dos o tres veces por semana con duración de 20-30 minutos enfocándose a desarrollar competencias sociales y emocionales como autocontrol, comprensión emocional, autoestima, habilidades de relaciones interpersonales y habilidades para resolver conflictos. Incluye materiales para cada curso escolar y para trabajar en casa e información para las familias.

Además, este programa incluye una variedad de materiales diseñados para cada año escolar como libros de textos, pegatinas, ejercicios para completar y juguetes. Incluye información para las familias y materiales para jugar en casa; esto hace que el programa sea fácil de usar con módulos ordenados por objetivos a cumplir incluyendo descripciones de cómo se realizan todas las actividades. Varios estudios señalan que PATHS ha sido efectivo para mejorar ciertos comportamientos agresivos (Crean y Johnson, 2013).

²*Pensamiento, afecto y trabajo de habilidades sociales*

– **El Club de Valientes (2016-2020):**

Este programa está creado por Manuel Ríos Macías, educador social. Está relacionado con el “Modelo dialógico de prevención y resolución de conflictos, una actuación educativa de éxito de las Comunidades de Aprendizaje que pretende involucrar a toda la comunidad mediante un diálogo que permite descubrir las causas y orígenes de los conflictos para solucionarlos desde la propia comunidad mucho antes de que aparezcan” (Flecha y García, 2007, p.72-76).

Se centra en la prevención de conflictos, creando así creando una serie de normas para resolver diferentes conflictos. Es una propuesta dirigida a la etapa de Educación Infantil de 3 a 5 años y al primer ciclo de Educación Primaria llevada a cabo en varios colegios de la ciudad de Córdoba. Es una propuesta dirigida a prevenir los distintos tipos de violencia y a descubrir los motivos de los conflictos para poner solución antes de que se inicien;

Por otro lado, se pretende conseguir que se creen vínculos más fuertes entre los compañeros respetando distintos valores como la igualdad, la tolerancia y el respeto evitando actitudes violentas. La primera actividad consiste en una lectura del cuento “El club de los Valientes” tanto a los grupos de infantil como de Primaria; después se desarrolla una reflexión exponiendo los personajes que aparecen en el cuento, que tipo de conductas tienen y como enfrentar el acoso escolar comparándolo con situaciones vividas en la vida real en el centro educativo.

A continuación, se realiza una lluvia de ideas dándoles herramientas para saber cómo dialogar y pedir ayuda cuando hay una situación de acoso en el aula y lo más importante no ser un mero espectador ya que el compañero que avisa de una situación de *bullying* no es un chivato sino una persona valiente por prevenir ese acoso y ayudar a un compañero.

Al establecer “El club de valientes” se procede a elegir a un superhéroe o a una súper heroína entre todos. Esta persona debe reunir una serie de cualidades que le hagan valiente, respetuosa y que cuide a los demás, dibujándolo posteriormente. Después, se coloca a lado del dibujo una serie de palabras que describan de qué forma ha actuado ese superhéroe. Finalmente, cada uno se encarga de colocar una foto suya junto al dibujo identificándose como una persona valiente; prometiendo así comportarse como una persona así.

– **Programa Inteligencia Emocional Plena:**

Este programa está dirigido a niños de 6 años formado por ocho sesiones semanales con una duración de treinta minutos.

El PINEP incluye distintas dinámicas de entrenamiento basado en mindfulness (Kabat-Zinn, 1990, 2003) y técnicas para afrontar situaciones emocionales respecto al uso de mindfulness.

Los ejercicios emocionales seleccionados en este programa están estructurados según el modelo de habilidades emocionales de Mayer y Salovey (1997) y en casos de violencia y victimización escolar. El mindfulness se utiliza como herramienta principal permitiendo a los participantes conectarse con sus propias experiencias personales ya sean positivas como negativas; de modo que su objetivo principal sea afrontar con perspectiva una situación emocional para intentar afrontarla dando lugar a una serie de toma de decisiones (Ramos, Recondo y Enríquez, 2012).

Por lo tanto es muy importante hacerles entender a los participantes de la importancia que tiene en este programa afrontar las emociones más complejas (Simón, 2013).

– **El Programa “La Maleta de Pacotico Emociones y el Carné Lector Emocional”:**

Este programa está dirigido a 47 niños y niñas de Educación infantil (2-3 años) de varios colegios ubicados en la región de Murcia. Se realiza un análisis de los aspectos sobre la percepción de las emociones básicas (alegría, miedo, tristeza y enfado);

la manera que tiene el alumnado de expresar esas emociones; y evaluar como atribuyen esas emociones a diferentes contextos.

La maestra evalúa primero de forma individual cada prueba en base a unas determinadas preguntas, por otro lado, la maestra que realiza la investigación utiliza como recurso para la evaluación de la conciencia emocional “las fotografías del Juego de las Caras de Catherine Kallache que se utilizaron en la investigación de Guijo (2002)”.

6. DISEÑO DE LA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

6.1. Introducción:

El acoso escolar continúa siendo un problema de nuestra sociedad actual. En este sentido, desde el ámbito educativo, se considera la urgente necesidad de establecer orientaciones, pautas e intervenir de forma preventiva para evitar que este tipo de situaciones sigan formando parte del clima escolar.

El propósito de esta propuesta de intervención es la prevención de situaciones de acoso escolar a través de educación socioemocional en un aula de segundo de infantil.

Más concretamente, esta propuesta pretende potenciar las propias habilidades socioemocionales para la mejora del control y gestión de las emociones del alumnado. Para ello, es recomendable que desde pequeños trabajen en el desarrollo, identificación, comprensión y gestión de sus emociones y sentimientos, de este modo los docentes deben les ofrecerán las estrategias necesarias para ello y trabajarán en la detección de este tipo de situaciones de la forma más temprana posible para atajarlas.

6.2. Objetivos:

Objetivos generales

- Establecer diversas medidas y estrategias para la prevención de situaciones de acoso escolar en el aula.
- Desarrollar la competencia socio emocional a través de herramientas que permitan gestionar y controlar las emociones.

-Objetivos específicos

- Identificar sus propias emociones y la de los demás, y al mismo tiempo saber expresar sus sentimientos.
- Desarrollar habilidades sociales como la escucha activa, plantear preguntas, respetar las opiniones de sus compañeros y resolver los conflictos.

- Desarrollar nuevas habilidades socioemocionales y herramientas para gestionar y controlar las emociones tanto positivas como negativas.
- Fomentar valores como el respeto, la tolerancia, la convivencia en el aula con sus iguales, la empatía y la comunicación.
- Conocer el concepto de acoso escolar, las personas que intervienen y observar las posibles consecuencias que puede tener.
- Descubrir nuevas formas de actuación al observar posibles situaciones de *bullying* en el colegio u en otro lugar.

6.3. Contenidos

Los contenidos que están trabajados en esta propuesta han sido sacados del BOA, son los siguientes:

CONOCIMIENTO DE SI MISMO Y AUTONOMIA PERSONAL:

Bloque I. El cuerpo y la propia imagen

- Utilización de los sentidos en la exploración del cuerpo y de la realidad exterior e identificación y expresión de las sensaciones y percepciones que se obtienen.
- Identificación y expresión de sentimientos, emociones, vivencias, preferencias e intereses propios y de los demás. Control progresivo de los propios sentimientos y emociones.
- Aceptación y valoración ajustada y positiva de sí mismo, de las posibilidades y limitaciones propias.
- Valoración y actitud positiva ante las manifestaciones de afecto de los otros, respondiendo de forma ajustada.
- Valoración positiva y respeto por las diferencias, aceptación de la identidad y características de los demás, evitando actitudes discriminatorias.

Bloque II. Juego y movimiento

- Comprensión y aceptación de reglas para jugar, participación en su regulación y valoración de su necesidad y del papel del juego como medio de disfrute y de relación con los demás.

- Representación de la acción, el espacio y el movimiento mediante la palabra, el dibujo, el modelado y la construcción.

CONOCIMIENTO DEL ENTORNO

Bloque I. Medio físico: elementos, relaciones y medida

- Los objetos y materias presentes en el medio, sus funciones y usos cotidianos. Interés por su exploración y actitud de respeto y cuidado hacia objetos propios y ajenos.

Bloque III. La cultura y la vida en sociedad

- Utilización de habilidades cooperativas para conseguir un resultado común: iniciativa en la presentación de ideas, respeto a las contribuciones ajenas, argumentación de las propuestas, flexibilidad ante los cambios, planificación de tareas.

LOS LENGUAJES: COMUNICACION Y REPRESENTACION

Bloque 1. Lenguaje verbal

- Utilización y valoración progresiva de la lengua oral para evocar y relatar hechos, para explorar conocimientos, para expresar y comunicar ideas y sentimientos y para regular la propia conducta y la de los demás. Interés y gusto por expresarse.
- Uso progresivo, acorde con la edad, de léxico variado y con creciente precisión; estructuración apropiada de frases, entonación adecuada y pronunciación clara.
- Utilización adecuada de las normas que rigen el intercambio comunicativo, respetando el turno de palabra, escuchando con atención y respeto, así como de otras normas sociales de relación con los demás.
- Interés y atención en la escucha de narraciones, explicaciones, instrucciones o descripciones, leídas por otras personas o escuchadas a través de otros recursos.

Bloque II. Lenguaje audiovisual y tecnologías de la información y la comunicación

- Distinción progresiva entre la realidad y algunas representaciones audiovisuales.

Bloque III. Lenguaje artístico

– Expresión y comunicación de hechos, sentimientos y emociones, vivencias o fantasías, a través del dibujo y de producciones plásticas realizadas con distintos materiales, utensilios y técnicas, con finalidad creativa y decorativa.

Bloque IV. Lenguaje corporal

– Descubrimiento y experimentación de gestos y movimientos individuales y grupales como recursos corporales para la expresión y la comunicación de sentimientos, emociones, historias...

– Utilización, con intención comunicativa y expresiva, de las posibilidades motrices del propio cuerpo con relación al espacio y al tiempo, ajustando progresivamente el propio movimiento a los objetos y a los otros.

6.4. Competencias

Algunas de las competencias que se van a ir desarrollando durante esta propuesta de intervención son las siguientes:

– **Competencia en comunicación lingüística:** Esta competencia se irá desarrollando a través del uso del lenguaje, al escuchar al docente y a sus compañeros, así como al expresar sus sentimientos, emociones e ideas. Por otra parte, utilizarán herramientas para regular y gestionar sus emociones.

– **Competencia para la autonomía e iniciativa personal:** A raíz de gestionar y comprender sus propias emociones y sentimientos irán desarrollando un conocimiento sobre sí mismo e irá construyendo su propia identidad.

– De esta manera, van a ir aprendiendo a ser más autónomos gracias a la adquisición de nuevas herramientas.

– **Competencia social y ciudadana:** Se irá desarrollando conforme vayan socializando con el resto de sus compañeros de forma grupal y realizando un aprendizaje cooperativo.

– **Competencia cultural y artística:** Los niños van a ir desarrollando sus capacidades artísticas a la hora de plasmar en los dibujos sus conocimientos ya adquiridos y los conocimientos aprendidos previamente desarrollando así su imaginación.

– **Competencia para aprender a aprender:** Los niños conforme vayan avanzando durante todo el proceso van a ir comprendiendo cuáles son sus habilidades y sus propias limitaciones, ya que de esta manera irán realizando las cosas de forma más autónoma y sin necesidad de ningún tipo de ayuda. Gracias a la adquisición de esas herramientas comenzaran a comprender el mundo que les rodea y a desarrollar esos conocimientos adquiridos para resolver los conflictos en diferentes situaciones.

6.5. Metodología

El tipo de metodología que se ha utilizado para realizar esta propuesta de intervención ha sido una metodología basado en un aprendizaje cooperativo, ya que la mayoría de las actividades las han realizado de forma grupal ayudándose entre todos, compartiendo ideas, respetando las de los demás y al mismo tiempo realizando algunas tareas de forma individual.

Por otro parte, el juego ha sido muy importante durante todo este aprendizaje ya que ha favorecido a desarrollar las capacidades motrices de los niños al realizar las actividades de una forma más lúdica. Por otro lado, a través del juego se trabajan otros aspectos como ampliar la comunicación con la persona con la que estás jugando fomentando de esta manera el trabajo en equipo, la creatividad y la colaboración entre todos.

Así como, la utilización de técnicas mindfulness introduciéndoles a los niños actividades para gestionar y controlar sus propias emociones.

6.6. Temporalización

Esta propuesta de intervención se llevaría a cabo a lo largo de dos meses del curso escolar. Se ha planteado para los meses de Marzo y Abril.

– Marzo 2022

| LUNES | MARTES | MIERCOLES | JUEVES | VIERNES |
|---|---------------|--|---------------|--|
| | 1 | 2 Act 1. Las emociones | 3 | 4 Festivo |
| 7 Act 2. Nuestras emocones | 8 | 9 Act 3. La tristeza del elefante Dante | 10 | 11 Act 4. Emma enfadosauria |
| 14 Act 5. El enfado | 15 | 16 Act 6. Música mágica | 17 | 18 Act 7. Mix de emociones |
| 21 Act 8. Emociones mezcladas | 22 | 23 Act 9. Somos un equipo | 24 | 25 Act 10. Yo estoy... |
| 28 Act 11. Expresión de sentimientos | 29 | 30 Act 12. ¿Qué emoción se siente? | 31 | |

– Abril 2022

| LUNES | MARTES | MIERCOLES | JUEVES | VIERNES |
|---|--|--|---|--|
| | | | | 1 Act 13. El pirata empático |
| 4 Act 14 Yo soy así | 5 | 6 Act 15. El club de valientes | 7 | 8 Act 16. ¿Qué estamos viendo? |
| 11 Semana Santa | 12 Semana Santa | 13 Semana Santa | 14 Semana Santa | 15 Semana Santa |
| 18 Semana Santa | 19 Act 17 ¿Está bien o está mal? | 20 | 21 Act 18. ¿Y si..? | 22 Act 19. Dos monstruos |
| 25 Act 20 Lola, Ali y Mia | 26 | 27 Act 21. Lobos y corderos | 28 | 29 Act 22. ¿Qué hemos aprendido? |

| Nº DE SESIÓN | ACTIVIDADES |
|---------------------|--------------------------------|
| 1 | Las emociones |
| 2 | Nuestras emociones |
| 3 | La tristeza del elefante Dante |
| 4 | Emma enfadosauria |
| 5 | El enfado |
| 6 | Música mágica |
| 7 | Mix de emociones |
| 8 | Emociones mezcladas |
| 9 | Somos un equipo |
| 10 | Yo estoy... |
| 11 | Expresión de sentimientos |
| 12 | ¿Qué emoción se siente? |
| 13 | El pirata empático |
| 14 | Yo soy así |
| 15 | El club de valientes |
| 16 | ¿Qué estamos viendo |
| 17 | ¿Está bien o está mal? |
| 18 | ¿Y si...? |
| 19 | ¿Está bien o está mal? |
| 20 | Lola, Ali y Mia |
| 21 | Lobos y corderos |
| 22 | ¿Qué hemos aprendido? |

6.7. Actividades

SESIÓN 1

| | |
|---|-----------------|
| Actividad 1 | Duración |
| Las emociones | 20/25 minutos |
| Agrupamiento | |
| Esta actividad se realizará en grupo y todos sentados en la asamblea | |
| Objetivos | |
| <ul style="list-style-type: none"> – Reconocer las emociones básicas como enfado, tristeza, alegría, miedo – Conocer cuánto conocimiento tienen sobre las emociones – Debatar entre todo el grupo sus ideas sobre las emociones | |
| Desarrollo de la actividad | |
| <p>Para realizar esta actividad todos los niños se sentarán en forma de “U” en la asamblea, a continuación la maestra les realizará una primera pregunta que es: ¿Qué emociones conocéis?</p> <p>De esta manera, la maestra conocerá cuanto saben sobre las emociones, a continuación, les contará un cuento llamado “Las emociones de Nacho”</p> <p>Tras terminar el cuento se les realizará una serie de preguntas, que son las siguientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> – ¿Qué emociones han aparecido en el cuento? – ¿Qué cosas le pasan a Nacho para que esté furioso? – ¿Qué gestos hace Nacho cuando está asustado? – ¿Qué emoción siente Nacho cuando ve una araña? <p>La finalidad es observar cuanto saben sobre las emociones y sentimientos y que conozcan inicialmente las emociones principales que existen.</p> | |
| <ul style="list-style-type: none"> – Recursos El cuento de “Las emociones de Nacho | |
| Fuente: Elaboración propia | |

(Anexo 1)

SESIÓN 2:

| | |
|---|-------------------------------|
| Actividad 2 Nuevas emociones | Duración 30 minutos |
| Agrupamiento Esta actividad se realizará en grupo y todos sentados en la asamblea | |
| Objetivos <ul style="list-style-type: none">– Descubrir otro tipo de emociones que desconocen– Conocer en que contextos se producen esas emociones– Imitar los mismos gestos de las fotos | |
| Desarrollo de la actividad <p>Para realizar esta actividad todos los niños se sentarán en forma de “U” en la asamblea, a continuación, la maestra colocará en el suelo diferentes fotos de caras que reflejen distintos tipos de emociones o sentimientos como: asco, preocupación, aburrimiento, amor, ansia, diversión, tranquilidad, vergüenza, sorpresa, culpa, ira, ilusión, empatía, envidia. Después irán analizando cada una de las emociones de forma individual observando los gestos de la cara al realizar esa emoción en concreto y al mismo tiempo representándolas ellos mismos.</p> <p>Por otro lado, irán explicando en que situaciones se pueden producir ese tipo de emociones.</p> | |
| Recursos <ul style="list-style-type: none">– Fotos con distintas caras representando diferentes emociones | |
| Fuente: Elaboración propia | |

(Anexo 2)

SESIÓN 3:

| | |
|--|--|
| <p>Actividad 3</p> <p>La tristeza del elefante Dante</p> | <p>Duración</p> <p>30 minutos</p> |
| <p>Agrupamiento</p> <p>Está actividad se realizará en grupo y todos sentados en la asamblea</p> | |
| <p>Objetivos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Descubrir el sentimiento de la tristeza - Nombrar situaciones que les pongan tristes - Transformar las situaciones de tristeza en alegría | |
| <p>Desarrollo de la actividad</p> <p>Para realizar esta actividad todos los niños se sentarán en forma de “U” en la asamblea, la docente les presentará al “Elefante Dante”. Se trata de un elefante que estaba muy triste porque le habían pasado una serie de situaciones que le ponían muy triste y no sabía qué hacer con toda esa tristeza que sentía. De forma que les pedía ayuda a los niños para poder transformar esa tristeza en alegría.</p> <p>Algunas de las cosas por las que estaba triste eran:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Porque otros animalitos se metían con el tamaño de sus orejas -Porque no le dejaban jugar con el resto de animalitos -Porque otros elefantes le manchaban de barro cuando él no quería <p>Por lo que el elefante Dante les preguntó a los niños:</p> <p>¿Niños/as que cosas puedo hacer cuando me siento triste para encontrarme mejor?</p> <p>Al finalizar, la maestra les preguntará a los niños que cosas les ponen tristes a ellos y que hacen para que se les pase esa tristeza.</p> | |
| <p>Recursos</p> <ul style="list-style-type: none"> - El elefante de peluche | |
| <p>Fuente: Elaboración propia</p> | |

SESIÓN 4

| | |
|---|-----------------|
| Actividad 4 | Duración |
| Emma enfadosauria | 25 minutos |
| Agrupamiento | |
| Está actividad se realizará en grupo y todos sentados en la asamblea | |
| Objetivos | |
| <ul style="list-style-type: none"> - Descubrir la emoción del enfado - Analizar que situaciones les produce el enfado y como intentar controlarlo - Conocer los conflictos y consecuencias que pueden ocurrir | |
| Desarrollo de la actividad | |
| <p>Para realizar esta actividad todos los niños se sentarán en forma de “U” en la asamblea, la maestra les contará un cuento que trata sobre el enfado y la ira llamado “Emma enfadosauria”. Al finalizar el cuento les realizara una serie de preguntas que son las siguientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Qué emociones siente Emma? - ¿Qué le ocurre a Emma cuando está enfadada? - ¿Por qué cosas está enfadada? - ¿Qué cosas hace Emma para que se le pase el enfado? - ¿A vosotros que cosas os produce enfado? - ¿Qué cosas hacéis vosotros para que se os pase el enfado? - ¿Qué os ocurre cuando estáis enfadados? <p>La finalidad de esta actividad es como se puede controlar las emociones cuando estas enfadado, y observar los posibles conflictos y consecuencias que puede tener el enfado.</p> | |
| Recursos | |
| <ul style="list-style-type: none"> - El cuento de “Emma enfadosauria” | |
| Fuente: Elaboración propia | |

(Anexo 3)

SESIÓN 5:

| | |
|--|--|
| <p>Actividad 5</p> <p>El enfado</p> | <p>Duración</p> <p>20 minutos</p> |
| <p>Agrupamiento</p> <p>Esta actividad se realizará en grupo y todos sentados en la asamblea y después en sus mesas</p> | |
| <p>Objetivos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Conocer la emoción del miedo - Descubrir que situaciones nos producen miedo - Potenciar la imaginación y creatividad | |
| <p>Desarrollo de la actividad</p> <p>Para realizar esta actividad todos los niños se sentaran en forma de “U” en la asamblea, la maestra les contará un cuento llamado “Cuando tengo miedo”. A continuación, les realizará varias preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Cómo se sentía el conejito? - ¿Qué le ocurre al conejito cuando tiene miedo? - ¿Os habéis sentido alguna vez como el conejito? - ¿A vosotros que cosas os dan miedo? - ¿Con que personas os sentís seguros cuando tenéis miedo? <p>Al finalizar las preguntas tendrán que realizar un dibujo de algo que les de miedo, después le colocaran en clase.</p> | |
| <p>Recursos</p> <ul style="list-style-type: none"> - El cuento “Cuando tengo miedo” | |
| <p>Fuente: Elaboración propia</p> | |

(Anexo 4)

SESIÓN 6

| | |
|---|-----------------|
| Actividad 6 | Duración |
| Música mágica | 20 minutos |
| Agrupamiento | |
| Esta actividad se realizará en grupo y en el aula de psicomotricidad | |
| Objetivos | |
| <ul style="list-style-type: none"> - Expresar verbalmente distintos tipos de emociones - Estimular su memoria auditiva - Desarrollar la expresión de las emociones a través de la música | |
| Desarrollo de la actividad | |
| <p>La maestra les explicará que la música tiene varias funciones, dos de ellas son transmitir muchos tipos de emociones y otra sería sentir varias emociones en nuestro cuerpo, de manera que podemos sentir muchas emociones y sentimientos al mismo tiempo.</p> <p>Los niños se tumbarán en cada una de las colchonetas que habrá colocadas en el aula y tendrán que cerrar los ojos. La maestra pondrá diferentes tipos de música que transmitan distintas emociones como calma, miedo, alegría, tristeza, aburrimiento, sorpresa...</p> <p>La finalidad de esta actividad es relajarse y sentir varias emociones al escuchar la música.</p> <p>Al finalizar la actividad la maestra les preguntara a los niños que tipo de emociones han sentido al escuchar la música.</p> | |
| Recursos | |
| <ul style="list-style-type: none"> - Ordenador | |
| Fuente: Elaboración propia | |

(Anexo 5)

SESIÓN 7:

| | |
|--|-----------------|
| Actividad 7 | Duración |
| Mix de emociones | 25 minutos |
| Agrupamiento | |
| Esta actividad se realizará en grupo cada uno sentados en sus sitios | |
| Objetivos | |
| <ul style="list-style-type: none"> – Reflexionar sobre las consecuencias del enfado – Expresar las emociones a través de la pintura – Identificar las sensaciones que provoca el enfado | |
| Desarrollo de la actividad | |
| <p>En esta actividad el docente le repartirá a cada uno de los niños una pajita y un folio donde estará impreso la silueta de un niño/a en blanco. Cada uno de los equipos tendrán varias acuarelas de colores, lo que tendrán que hacer será mojar el pincel en agua, después, en la pintura y colocarán un poco encima del folio, a continuación, con la pajita tendrán que soplar como ellos quieran fuerte o más flojo de manera que la pintura se queda extendida en el folio. El folio quedará de varios colores.</p> <p>Al finalizar la actividad realizarán un pequeño debate sobre que las emociones muchas veces pueden quedar revueltas en nuestro cuerpo y sentir varias a la vez, cuando estamos enfadados lo que tenemos que hacer es respirar y dejar salir en aire varias veces para relajarnos, igual que ha pasado al soplar la pajita que a veces si soplamos muy fuerte puede provocar problemas como en esta caso que se pueda salir la pintura del folio por lo que tenemos que soplar un poco más despacio, respirar y calmarnos.</p> | |
| Recursos | |
| <ul style="list-style-type: none"> – Acuarelas – Pajitas – Folios – Pinceles | |
| Fuente: Elaboración propia | |

SESIÓN 8:

| | |
|--|-------------------------------|
| Actividad 8 Emociones mezcladas | Duración 25 minutos |
| Agrupamiento Esta actividad se realizará en grupo y sentados en la asamblea | |
| Objetivos <ul style="list-style-type: none"> – Expresar las emociones a través de la expresión corporal – Fomentar la creatividad y la imaginación – Desarrollar habilidades sociales a través de la mímica | |
| Desarrollo de la actividad La docente traerá diferentes tipos de tarjetas que contendrán diferentes caras que expresen diferentes emociones, a continuación, las colocará en el suelo hacia abajo. Primero saldrá un niño y tendrá que coger la tarjeta que él quiera, pero sin que la vean sus compañeros y realizar con gestos y mímica la emoción que le ha tocado para que el resto de sus compañeros la adivinen. Y así, sucesivamente con todos los niños. | |
| Recursos <ul style="list-style-type: none"> – Las tarjetas de las emociones | |
| Fuente: Elaboración propia | |

(Anexo 6)

SESIÓN 9:

| | |
|---|-------------------------------|
| Actividad 9 Somos un equipo | Duración 30 minutos |
| Agrupamiento Esta actividad se realizará en grupo y sentados en la asamblea | |
| Objetivos <ul style="list-style-type: none"> – Favorecer la autoestima – Respetar a sus compañeros tal y como son – Desarrollar una buena competencia emocional | |
| Desarrollo de la actividad | |

Para realizar esta actividad todos los niños se sentarán en forma de “U” en la asamblea, la maestra les leerá un cuento llamado “La luz de Lucía” y al finalizarlo les explicará lo importante que es querernos y aceptarnos por cómo somos cada uno de nosotros y lo importante que es respetar al resto de personas. A continuación, de forma aleatoria saldrá un niño al medio y resto de sus compañeros tendrán que decir cosas positivas sobre él/ella, por ejemplo:

-Me gusta su camiseta

-Es un niño que me ayuda cuando no sé hacer algo en clase

-Me encantan los peinados que le hacen sus papas

-Es un niño/a muy gracioso/a

La finalidad es sentirse queridos por como son cada uno de ellos y tener respeto por el resto de sus compañeros.

Recursos

- El cuento de “La luz de Lucía”

Fuente: Elaboración propia

(Anexo 7)

SESIÓN 10:

| | |
|--|-------------------------------|
| Actividad10 Yo estoy.... | Duración 20 minutos |
| Agrupamiento Esta actividad se realizará en grupo y sentados en la asamblea | |
| Objetivos <ul style="list-style-type: none"> - Describir las emociones que nos producen diferentes situaciones - Identificar que emociones se pueden sentir - Respetar las emociones que sienten os compañeros | |
| Desarrollo de la actividad La maestra les explicará que a lo largo del día que podemos sentir en nuestro cuerpo muchas emociones en diferentes situaciones y al mismo tiempo varias emociones a la vez. De manera que los niños de uno en uno van a tener que pensar una o varias emociones en concreto y formar una frase explicando que situaciones generan esas | |

emociones, por ejemplo:

- Yo estoy aburrida cuando...
- Yo me enfado cuando...mi hermano me quita los juguetes
- Yo estoy asustada por la noche porque me da miedo la oscuridad
- Yo siento calma y tranquilidad cuando mis papás me cuentan un cuento

Al acabar la actividad la maestra les explicará que cada persona puede sentir una emoción totalmente diferente a otra persona en la misma situación y por tanto hay que respetar lo que sienten las personas en todo momento.

Recursos

- Ninguno

Fuente: Elaboración propia

SESIÓN 11:

| | |
|---|-----------------|
| Actividad11 | Duración |
| Expresión de sentimientos | 25 minutos |
| Agrupamiento | |
| Esta actividad se realizara en grupo y sentados en la asamblea | |
| Objetivos | |
| <ul style="list-style-type: none"> - Favorecer la escucha activa - Ampliar el vocabulario sobre las emociones - Fomentar el trabajo cooperativo | |
| Desarrollo de la actividad | |
| <p>En esta actividad la maestra habrá escrito en un papel individual cada uno de los nombres de los niños de clase y los meterá en una bolsita de tela. Tendrán que ir saliendo de uno en uno a coger un papel y durante 5 minutos tendrán que pensar características del niño que les ha tocado. Pasados los 5 minutos dirán esas características que hayan pensado al resto de sus compañeros para que adivinen quien es.</p> | |
| Recursos | |
| <ul style="list-style-type: none"> - Papelitos donde estarán escritos los nombres de los alumnos | |

| |
|-----------------------------------|
| – Bolsa de tela |
| Fuente: Elaboración propia |

SESIÓN 12

| | |
|--|-------------------------------|
| Actividad12 ¿Qué emoción se siente? | Duración 20 minutos |
| Agrupamiento Esta actividad se realizará en grupo y sentados en la asamblea | |
| Objetivos <ul style="list-style-type: none"> – Identificar las emociones de cada una de las situaciones – Favorecer la cooperación grupal – Respetar el turno de compañeros | |
| Desarrollo de la actividad <p>La maestra les mostrará una cartulina grande donde habrá pegadas diferentes fotos de situaciones concretas y ellos tendrán que decir que emociones se pueden sentir en cada una de ellas, por ejemplo:</p> <ul style="list-style-type: none"> – “Una foto de dos personas saltando en paracaídas desde un avión” se puede sentir diversión, alegría y miedo – “Una foto de la final de un partido de fútbol” se puede sentir alegría si ganan, tristeza si pierden, nerviosa, miedo... <p>Y así sucesivamente con todas las fotos.</p> <p>Conforme vayan adivinando las emociones la maestra escribirá debajo de cada foto las emociones que son y después la colgará la cartulina en clase.</p> | |
| Recursos <ul style="list-style-type: none"> – Una cartulina con fotos | |
| Fuente: Elaboración propia | |

SESIÓN 13

| | |
|---|-------------------------------|
| Actividad13 El pirata empático | Duración 20 minutos |
| Agrupamiento Esta actividad se realizará en grupo sentados en la asamblea | |
| Objetivos <ul style="list-style-type: none"> – Desarrollar la emoción de la empatía – Respetar las opiniones de los compañeros – Entender cómo se sienten los demás | |
| Desarrollo de la actividad <p>Para realizar esta actividad todos los niños se sentaran en forma de “U” en la asamblea, la maestra les leerá un cuento llamado “El pirata de las estrellas”. Al finalizarlo la maestra les realizará una serie de preguntas, que son las siguientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> – ¿Cuál es la emoción principal sobre las que habla el cuento? – ¿Qué emociones sentía el pirata? – ¿Qué ocurrió cuando el pirata Ulises se comió todas las estrellas? ¿Cómo se sintió? – ¿A vosotros os gusta que las personas entiendan vuestros sentimientos y lo respeten? <p>Al finalizar las preguntas realizaran un pequeño debate sobre la importancia de ponerse en la piel de los demás y entender cómo se sienten los otros en las mismas situaciones que las nuestras.</p> | |
| Recursos <ul style="list-style-type: none"> – El cuento de “El pirata de las estrellas” | |
| Fuente: Elaboración propia | |

(Anexo 8)

SESIÓN 14:

| | |
|--|-------------------------------|
| Actividad14 Yo soy así | Duración 30 minutos |
| Agrupamiento Esta actividad se realizará en grupo, sentados en la asamblea y después cada uno en sus | |

| |
|--|
| sitios |
| <p>Objetivos</p> <ul style="list-style-type: none"> – Favorecer la autoestima y el autoconocimiento – Describir sus características personales – Conocer cualidades sobre el resto de sus compañeros |
| <p>Desarrollo de la actividad</p> <p>Para comenzar esta actividad la maestra les comenzará diciendo que cada uno de nosotros desde que somos pequeños vamos desarrollando un tipo de personalidad diferente a cada persona y que eso nos hace ser uno mismo y al mismo tiempo cada persona tiene distintos rasgos físicos y eso hace que cada persona sea única. A continuación, los niños irán saliendo de uno en uno al medio de la asamblea y tendrán que definirse a ellos mismos, tanto sobre sus características físicas, como explicar que cosas le gustan, como son personalmente etc....</p> <p>Cuando cada uno de ellos se defina a sí mismo, se sentarán en sus sitios y tendrán que realizar un dibujo de ellos mismos para posteriormente colocarlo en el corcho del aula.</p> |
| <p>Recursos</p> <ul style="list-style-type: none"> – Folios para hacer los dibujos |
| <p>Fuente: Elaboración propia</p> |

SESIÓN 15

| | |
|---|-----------------|
| Actividad15 | Duración |
| El club de valientes | 25 minutos |
| Agrupamiento | |
| Esta actividad se realizará en grupo sentados en la asamblea | |
| Objetivos | |
| <ul style="list-style-type: none"> – Conocer el concepto de acoso escolar – Entender las emociones que se pueden sentir cuando ocurre el <i>bullying</i> – Identificar las características principales sobre el bullying | |
| Desarrollo de la actividad | |
| Para realizar esta actividad todos los niños se sentaran en forma de “U” en la asamblea, la maestra les leerá un cuento llamado “El club de valientes”, al terminar el cuento la | |

maestra les realizará una serie de preguntas:

- ¿Qué personajes aparecen en el cuento? ¿Cómo se sienten cada uno de ellos?
- ¿Qué cosas le hacía Samuel a Alan cuando no hacía lo que él quería?
- ¿Qué emociones sentía Alan cuando estaba en el colegio?
- ¿Por qué Alan era una persona valiente?
- ¿Qué harías vosotros si vierais a un compañero/a pegar a otro?
- ¿Qué cosas le diríais?

Al finalizar las preguntas realizaran un pequeño debate.

Recursos

- El cuento “El club de los valientes”

Fuente: Macías, M. R. (2021). El Club de Valientes. La educación social ante el acoso escolar. *RES: Revista de Educación Social*, (33), 150-164

(Anexo 9)

SESIÓN 16

| | |
|--|-----------------|
| Actividad 16 | Duración |
| ¿Qué estamos viendo? | 20 minutos |
| Agrupamiento | |
| Esta actividad se realizará de forma grupal todos sentados en la asamblea | |
| Objetivos | |
| <ul style="list-style-type: none"> - Observar visualmente acciones sobre el acoso escolar - Identificar el problema de esas situaciones - Proponer ideas y soluciones a cada una de las imágenes | |
| Desarrollo de la actividad | |
| El docente les enseñará a los niños una serie de fotos sobre conductas o comportamientos de acoso escolar para que los niños escriban las situaciones que están observando y el sentimiento que pueden tener el niño en cuestión. A continuación, se propondrán ideas o soluciones para cada imagen. | |
| Recursos | |
| <ul style="list-style-type: none"> - Fotos de las situaciones de bullying | |
| Fuente: Elaboración propia | |

(Anexo 10)

SESIÓN 17

| | |
|---|-------------------------------|
| Actividad17 ¿Está bien o está mal? | Duración 25 minutos |
| Agrupamiento Esta actividad se realizará de forma grupal todos sentados en la asamblea | |
| Objetivos <ul style="list-style-type: none"> - Detectar las conductas negativas y positivas - Dar solución a los conflictos - Prevenir conductas negativas en un futuro | |
| Desarrollo de la actividad El docente explicará diferentes conflictos que pueden surgir en el recreo o en un ambiente externo, y los niños tendrán que decir si esas conductas son positivas o negativas: <ul style="list-style-type: none"> - Si un compañero le quita una pelota sin permiso a otro y un tercero se lo explica al maestro ¿Sería una buena conducta o mala? ¿Y por qué? - Si varios compañeros no le dejan jugar a otro y le asilan del grupo y un tercero explica que todos los niños pueden jugar juntos ¿Es una conducta positiva o negativa? - Si un compañero le roba el almuerzo a otro ¿Está bien? ¿Por qué? - Si un compañero ve a otro solo en el recreo porque no le dejan jugar ¿Que haríais? - Si un compañero le grita a otro y le insulta ¿Estaría bien o mal? ¿Por qué? | |
| Recursos <ul style="list-style-type: none"> - Ninguno | |
| Fuente: Elaboración propia | |

SESIÓN 18

| | |
|--|---------------------------------------|
| <p>Actividad 18 ¿Y si...?</p> | <p>Duración 20 minutos</p> |
| <p>Agrupamiento Esta actividad se realizará en grupo sentados en la asamblea</p> | |
| <p>Objetivos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Formular posibles situaciones de <i>bullying</i> - Conocer posibles consecuencias sobre el <i>bullying</i> - Definir nuevas alternativas ante situaciones conflictivas | |
| <p>Desarrollo de la actividad</p> <p>Esta actividad se realizará de forma grupal en la asamblea, la maestra planteará una serie de situaciones de acoso escolar y lo niños tendrán que decir que soluciones puede haber para prevenirlas. Por ejemplo:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Si un compañero/a o varios dañan los objetos personales de otro compañero ¿Qué haríais? - Si un compañero/a se burla de otro compañero por que tiene dificultades a la hora de aprender o realizar algunas actividades o tareas ¿Qué tendríais que hacer? - Si veis que en el recreo alguien aísla a otro compañero y no le deja jugar a ningún juego ¿Qué tendríais que hacer? - Si un compañero/a pega a otro ¿A quién se lo diríais? ¿Cómo actuaríais? - Cuando un compañero/a ignora a otro o se burla de su físico ¿Qué le diríais? ¿Cómo creéis que se sentiría ese compañero/a? <p>La finalidad de esta actividad es poner solución a diferentes situaciones para prevenirlas en un futuro.</p> | |
| <p>Recursos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ninguno | |
| <p>Fuente: Elaboración propia</p> | |

SESIÓN 19

| | |
|---|---------------------------------------|
| <p>Actividad 19 Dos monstruos</p> | <p>Duración 20 minutos</p> |
| <p>Agrupamiento Esta actividad se realizará en grupo sentados en la asamblea</p> | |
| <p>Objetivos</p> <ul style="list-style-type: none"> – Reconocer las emociones que aparecen en el cuento – Desarrollar valores como la tolerancia y el respeto – Escuchar las ideas del resto de sus compañeros | |
| <p>Desarrollo de la actividad</p> <p>Para realizar esta actividad todos los niños se sentarán en forma de “U” en la asamblea, la maestra les leerá un cuento llamado “Dos monstruos” y les planteará una serie de preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> – ¿Qué les ocurría a los dos monstruos? – ¿Cómo creéis que se sentían? – ¿Creéis que está bien las cosas que se decían el uno al otro? – ¿Qué solución pusieron para resolver sus problemas? – ¿Vosotros cuando tenéis un problema con algún compañero que hacéis para arreglarlo? – ¿Creéis que está bien insultarse para solucionar los conflictos? <p>La finalidad de esta actividad es entender el concepto de tolerancia y respeto hacia sus iguales, que den la oportunidad de escuchar y entender las ideas de los demás.</p> | |
| <p>Recursos</p> <ul style="list-style-type: none"> – El cuento de “Dos monstruos” | |
| <p>Fuente: Elaboración propia</p> | |

(Anexo 11)

SESIÓN 20

| | |
|---|--|
| <p>Actividad20</p> <p>Lolo Ali y Mía</p> | <p>Duración</p> <p>30 minutos</p> |
| <p>Agrupamiento</p> <p>Esta actividad se realizará de forma grupal todos sentados en la asamblea</p> | |
| <p>Objetivos</p> <ul style="list-style-type: none"> – Prevenir situaciones de maltrato – Identificar situaciones de <i>bullying</i> – Ofrecer herramientas a los niños para saber cómo actuar – Demostrar que cada acto tiene sus consecuencias | |
| <p>Desarrollo de la actividad</p> <p>El docente realizará una representación visual que constará de dos partes y tres personajes (victimas, agresor y espectador). La primera escena constará de la presentación de los tres personajes, la segunda escena será la representación de un conflicto entre víctima y agresor con un espectador que no actúa, que solo observa, y la tercera escena será una representación del mismo conflicto, pero con la diferencia de que el espectador si actúa antes el conflicto.</p> <ul style="list-style-type: none"> – La maestra presentará al personaje de Lolo como un personaje que siempre está enfadado, se comunica gritando, no trata bien a los demás y tiene pocos amigos. – A continuación, presentará a Ali un personaje muy tímido, sensible y muy inseguro – Finalmente presentará a Mia un personaje tímido, que a veces se equivoca pero luego se da cuenta de sus errores y empático <p>La primera escena consistirá en la representación de una situación de los personajes de Lolo y Ali en el colegio. Lolo, Ali y Mia están jugando juntos en el recreo cuando de repente Lolo le dice a Ali “Tus gafas nuevas son muy feas, parece que tienes cuatro ojos” y Ali como no sabe que responder se queda callada y aparta la mirada, Lolo a continuación le quita las gafas de la cara y se las quiere quitar a la basura, Ali se echa a llorar paralizada y es la maestra la que se da cuenta de la situación. Mia a pesar de ver todo lo sucedido no hace nada y se queda callada, ya que no sabe que decir ni que hacer de forma que lo ignora.</p> <p>En la segunda parte, se representa el mismo conflicto pero con la diferencia de que</p> | |

| |
|---|
| <p>Emma interviene antes de que Ali llore diciéndole a Lolo “No le quites las gafas porque las necesita para ver bien, eso está mal”. ALi le da las gracias a Emma y a continuación le explica a lolo que su mama lleva gafas también y son muy bonitas y le quedan geniales igual a Ali.</p> |
| <p>Recursos</p> <ul style="list-style-type: none"> – Los personajes para realizar la representación |
| <p>Fuente: Elaboración propia</p> |

SESIÓN 21

| | |
|--|--|
| <p>Actividad21</p> <p>Lobos y corderos</p> | <p>Duración</p> <p>25 minutos</p> |
| <p>Agrupamiento</p> <p>Esta actividad se realizará de forma grupal en el aula de psicomotricidad</p> | |
| <p>Objetivos</p> <ul style="list-style-type: none"> – Experimentar las consecuencias de ambos comportamientos – Describir las emociones y sentimientos que han sentido – Inculcar la emoción de la empatía | |
| <p>Desarrollo de la actividad</p> <p>El docente dividirá la clase en dos grupos, la mitad serán lobos que representarán las malas acciones y después estarán los corderos que son los animales que reciben las malas acciones de los lobos. Los lobos tendrán que enfadarse, burlarse de los corderos y tener acciones más agresivas con ellos para que sientan lo que es sufrir esos malos comportamientos. Al cabo de un rato se intercambiarán los papeles para que todos los niños experimenten ambas partes.</p> <p>Al finalizar la actividad realizaran un pequeño debate explicando cómo se han sentido y qué emociones han experimentando durante la actividad.</p> | |
| <p>Recursos</p> <ul style="list-style-type: none"> – Ninguno | |
| <p>Fuente: Elaboración propia</p> | |

SESIÓN 22

| | |
|--|--|
| <p>Actividad22</p> <p>¿Qué hemos aprendido?</p> | <p>Duración</p> <p>20 minutos</p> |
| <p>Agrupamiento</p> <p>Esta actividad se realizará de forma grupal en la asamblea y después en sus sitios</p> | |
| <p>Objetivos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Conocerlos nuevos conceptos aprendidos - Afianzar los conocimientos trabajados - Repasar los aspectos más importantes - Consolidar las nuevas herramientas aprendidas | |
| <p>Desarrollo de la actividad</p> <p>El docente les realizará una serie de preguntas para comprobar si los conceptos han quedado claros y ver las cosas que han aprendido haciendo una recopilación de todo lo aprendido durante la propuesta. Algunas de las preguntas serían:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Os acordáis de los cuentos que hemos leído? - ¿Qué emociones hemos conocido? - ¿Cómo os habéis sentido realizando las actividades? - ¿Qué tenemos que hacer si vemos en el colegio una situación negativa? ¿Qué haríais? - ¿Vosotros os consideráis personas valientes? <p>A continuación, los niños realizaran un dibujo libre de lo que más les haya gustado o hayan aprendido durante toda la propuesta, después colocaran esos dibujos en un mural en el aula.</p> | |
| <p>Recursos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Folios - Pintura de dos - Acuarelas - Pinceles - Rotuladores - Pinturas | |
| <p>Fuente: Elaboración propia</p> | |

6.8. Adaptaciones

Se necesita de una serie de adaptaciones en el caso de que haya algún tipo de diversidad. Se tendría que tener en cuenta los objetivos planteados ya que en caso de que algún niño tenga dificultades para trabajar de manera cooperativa, expresar sus ideas o relacionarse con el resto de sus compañeros tendrán que desarrollarse esas capacidades facilitándole la adquisición de las mismas a través de pictogramas o con actividades más sencillas que permitan un aprendizaje gradual. Cabe destacar que si se necesitara ayuda de forma más individualizada se dispondrá de ayuda de un auxiliar.

6.9. Evaluación

La evaluación sobre esta propuesta de intervención constará de tres partes diferentes para evaluar si se ha logrado cumplir con los objetivos generales y desarrollar las capacidades necesarias para prevenir conductas de acoso en el aula a través de las emociones. Las partes están divididas de la siguiente manera:

– **Evaluación inicial:**

Previamente a la realización de la propuesta, habrá que comprobar el conocimiento que tienen los niños sobre las emociones y sobre el concepto de acoso escolar, por lo que se realizará una escala de estimación para anotar los datos sobre la información de cada uno. (Anexo 12)

– **Evaluación continua:**

La propuesta consta de veintidós actividades divididas en varios sub apartados con objetivos, agrupamiento y desarrollo de cada uno. Lo que se pretende con la realización de estas actividades es ampliar su propio conocimiento sobre las emociones de una forma más lúdica.

Es muy importante que haya un buen clima en el aula y no sientan sin ningún miedo a equivocarse. Toda la información que se recoja sobre las emociones se irá anotando en un diario de campo.

– **Evaluación final:**

Se realizará una evaluación final para comprobar si se han cumplido todos los objetivos que se han propuesto y ver la evolución grupal que ha habido en la propuesta.

El instrumento de evaluación que se utilizará para realizar la evaluación final será una escala de estimación donde anotaremos si los niños han logrado conseguir los objetivos planteados. (Anexo 13)

6.10. Conclusiones

Este TFG ha sido fruto de una amplia y profunda revisión bibliográfica sobre los conceptos abordados en este trabajo. A partir de ello, he podido concienciarme más sobre la importancia de este tema en la sociedad y la necesidad de extenderlo al máximo número de personas posibles con el fin de erradicarlo. Lo que quiero conseguir con este trabajo es reflexionar y concienciar al lector sobre la importancia de este problema en nuestra sociedad, y conocer qué es el acoso escolar, y las consecuencias que puede llegar a provocar este problema en un futuro, sus causas, las personas que intervienen y de qué manera podemos proporcionar a los niños herramientas desde la etapa de educación infantil. En este sentido, podemos ver habitualmente como en los medios de comunicación se promueven campañas de concienciación y prevención contra el acoso escolar en todos los sectores; así como plataformas online contra el *bullying* y muchas herramientas para promocionarles a los niños en los centros educativos, pero aun así, sigue habiendo casos de acoso escolar de niños que desde edades muy tempranas acaban con sus vidas porque no se atreven o no saben cómo pedir ayuda. Durante los últimos años he podido observar, tanto en la noticias como en redes sociales, testimonios de niños que luchan contra el acoso en las aulas y que, finalmente, acaban de la peor forma posible, ver a familias destrozadas porque no han sabido actuar o directamente no sabían nada de que su hijo estaba pasando por este acoso me hace reflexionar aun más sobre la importancia que ha sido realizar este trabajo e intentar concienciar a familias, docentes y niños sobre la importancia de la prevención desde la primera infancia.

En los centros educativos se tendría que llevar a cabo una actuación y formación más amplia destinada a los docentes para prevenir este tipo de situaciones y proporcionarles

herramientas para lograr un resultado más eficaz en casos de acoso escolar en las aulas. Podemos ver como hoy en día, muchas personas siguen opinando y pensando que el *bullying* es un juego de niños y que no tiene importancia, por lo que hay que seguir luchando para erradicarlo. Ha llegado un punto que la cantidad de casos de acoso escolar tanto en España como en otros países como Estados Unidos está aumentando con cifras muy elevadas y tenemos que pararnos a pensar cuál es el problema que falla en todo este fenómeno y cómo la escuela debe de empezar a plantear nuevas formas para prevenirlo y detectarlo de forma temprana. En relación a las situaciones de acoso escolar, se valora la posibilidad de prevenir este tipo de situaciones desde la sensibilización de los niños en edades muy tempranas sobre la importancia de las emociones y los sentimientos. Por ello, si desde pequeños le damos importancia al desarrollo socioemocional de cada uno de ellos, es decir, a proporcionarles herramientas para desarrollar cada una de sus habilidades emocionales como el autocontrol, la autoestima, la empatía y el autoconcepto, y explicarles el por qué se sienten de cierta manera en distintos contextos, porque sienten ese tipo de emociones y a aprender a gestionarlas, provocaremos un mayor aprendizaje integral que podrá evitar conflictos futuros. En esta misma línea, los docentes son las personas que más tiempo pasan con los niños por lo que es muy importante crear un clima muy positivo en clase e identificar todas esas habilidades socioemocionales de cada una para poder ir dando forma una a una y desarrollar su personalidad, creando así una buena convivencia en el aula. Por otro lado, en esta labor no solo es importante la labor del docente sino también la de la familia, debe existir un equilibrio en ambas partes. Por ese motivo, lo que pretendo con este TFG es reflexionar sobre la labor tan importante que tienen los docentes para prevenir y detectar el acoso en las aulas escolares.

Mi valoración personal respecto a este TFG ha sido muy positiva, ya que con toda la revisión bibliografía he podido ampliar mi conocimiento sobre la importancia de la educación socioemocional en la etapa de educación infantil y sobre el *bullying*, ya que es un tema al que se le debe dar más importancia de la que se le da y un tema que siempre me ha reclamado mayor interés debido a diferentes situaciones personales.

He querido darle más relevancia a este tema, ya que en mi caso sufrí acoso escolar durante varios años y en mi situación no hubo ningún profesor que me ayudara o directamente se diera cuenta de lo que estaba ocurriendo. Es muy duro luchar cada día

con pensamientos de inferioridad, burlas, insultos, llegando a plantearte constantemente preguntas de por qué me ocurre esto a mí, si soy un niño igual que el resto, que nadie quiera jugar contigo y sobre todo estar solo. Conforme han ido avanzando los años uno se da cuenta de que muchas cosas perduran a día de hoy, y por las que tiene que seguir luchando para que no te afecten. Por eso, quiero evitar que los niños que puedan sufrir acoso escolar no lo sufran ya que se lo que se siente y no quiero que pasen por ello puesto que no solo perdura en el presente sino en el futuro.

7. BIBLIOGRAFÍA

- AA.VV. (2007). *Violencia escolar: El maltrato entre iguales en la Educación Secundaria Obligatoria 1999-2006 (Nuevo estudio y actualización del informe 2000)*. Informe de la Oficina del Defensor del Pueblo. Madrid
- Acevedo, A. (2008). *La buena crianza. Pautas y reflexiones sobre cómo criar con responsabilidad y alegría*. Bogotá: Editorial Norma.
- Agirrezabala, R. (s.f.). *Inteligencia emocional*. Educación infantil 2º ciclo, 5 años.
- Agirrezabala, R. y Etxebarria, A. (s.f.). *Inteligencia emocional*. Educación infantil 2º ciclo, 3.años.
- Ainsworth, M. (1978). The bowlby-Ainsworth attachment theory. *Behavioral and Brain Sciences*, 1(3), 436-438. Recuperado de <https://www.cambridge.org/core/journals/behavioral-and-brain-sciences/article/abs/bowlbyainsworth-attachment-theory/3915528486A6062F4DBEF0720406C462>
- Ainscow, M., Booth, T., & Dyson, A. (2006). *Improving Schools, Developing Inclusion*. Routledge. Recuperado de <https://doi.org/10.4324/9780203967157>
- AARASAAC. (s.f.). Centro Aragonés para la Comunicación Aumentativa y Alternativa. <https://arasaac.org>
- Arrayas, A. (2014). *El pirata de las estrellas*. BABULINKA BOOKS
- Aronson, E. (2000). *El Animal Social*. Madrid, España: Alianza Editorial
- Arón, A. M., Milicic, N., Sánchez, M., y Subercaseaux, J. (2017). *Construyendo juntos: claves para la convivencia escolar*.
- Avilés, J. (2003). *Intimidación y maltrato entre el alumnado*. Stee-Eilas
- Avilés, J. M. (2006). *Bullying: el maltrato entre iguales: agresores, víctimas y testigos en la escuela*. Salamanca: Amarú, 2006.
- Bassaletti-Contreras, R. (2013). Construyendo realidades: usos de bullying en discursos chilenos. *Summa psicológica UST*, 10(1), 9-22. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/summa/v10n1/a02.pdf>
- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Wolters Kluwer
- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, 21, 7-43.
- Bisquerra, R. (2008). *Educación para la ciudadanía y convivencia: el enfoque de la convivencia emocional*. WoltersKluwer.

- Bisquerra, R. (2009). Psicopedagogía de las emociones. Síntesis
- Bisquerra, R. (2016). Educación emocional. Descleé De Brouwer
- Bullying Escolar- Imagen de Stock. (s.f). iStock.
<https://www.istockphoto.com/es/search/2/image?page=3&phrase=bullying%20escolar>
- Campbell, M.A. (2005). Cyberbullying: An old problem in a new guise?. *Journal of Psychologists and Counsellors in Schools*, 15(1), 68-76.
- Calderero, M., Caballo, V., y Carrillo, G. (2011). Acoso escolar y ansiedad social en niños (II): una propuesta de intervención en formato lúdico. *Psicología conductual*. 19(3), Pp. 611-626.
- Carbonell, X., Chamarro, A., Griffiths, M., Oberst, U., Cladellas, R., & Talam, A. (2012). Problematic Internet and cell phone use in Spanish teenagers and young students. *Anales de Psicología*, 28(3), 789-796.
- Cardemil, C., & Román, M. (2016). La importancia de analizar la calidad de la educación en los niveles Inicial y Preescolar. *Revista Iberoamericana De Evaluación Educativa*, 7(1). Recuperado a partir de <https://revistas.uam.es/riee/article/view/3382>
- Casel. (2020). Marco del SEL de CASEL. <https://n9.cl/rb27w>
- Castedo, A. L., Alonso, J. D., y Roales, E. Á. (2010). Bullying vertical: variables predictivas de la violencia escolar. *Revista de Investigación en Educación*, 8, 24-38.
- Castro, J. (2011). Acoso escolar. *Revista de Neuro-Psiquiatría*. 74(2), 242-249. Recuperado <https://www.redalyc.org/pdf/3720/372036934004.pdf>
- Casassus, J. (2007). La educación del ser emocional. Editorial cuarto propio
- Cemalcilar, Z. (2010). Schools as socialization contexts: Understanding the impact of school climate factors on students' sense of school belonging. *Applied Psychology: An International Review*, 59(2), 243-272. <https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.2009.00389.x>
- Cava, M. J., & Musitu, G. (2002). *La convivencia en la escuela*. Paidós.
- Cerezo, F (coord.) (1998). Conductas agresivas en la edad escolar. Pirámide.
- Cerezo, F. (2001). Variables de personalidad asociadas en la dinámica bullying (agresores versus víctimas) en niños y niñas de 10 a 15 años. *Anales De Psicología* 17(1), 37-43
- Cerezo, F. (2009). Bullying: análisis de la situación en las aulas españolas. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 9(3), 383-394.

- Cerezo, F. y Calvo, A. (2011). Programa CIP: *Intervención psicoeducativa y tratamiento diferenciado del bullying: Concienciar, Informar y Prevenir*. Madrid, España: Pirámide.
- Chóliz, M. & Marco, C. (2011). Patterns of Use and Dependence on Video Games in Infancy and Adolescence. *Anales de Psicología*, 27(2), 418-426.
- Cibrian, S., Jazmín, L., Aguirre, U., Maria, K. (2016). Educación emocional en casos de violencia y victimización escolar: Propuesta de intervención. *Opción*, 32(12), 2088-2102.
- Contini, N. (2008). Las habilidades sociales en la adolescencia temprana: perspectivas desde la Psicología Positiva. *Psicodebate, Psicología, cultura y sociedad*, (9), 15-27. Recuperado de <http://www.palermo.edu/cienciassociales/publicaciones/pdf/Psico9/9Psico%2003.pdf>
- Contreras, A. P. (2013). El fenómeno de bullying en Colombia. *Revista Logos Ciencia & Tecnología*, 4(2), 100-114. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=517751544011> El de vero
- Cooley-Strickland, Q., Griffin, S. B. y Furr-Holden, D. (2011). Efectos de la exposición de los adolescentes a la violencia en la comunidad: el Proyecto MORE. *Psychosocial Intervention*, 20 (2), 131-148.
- Correia, I., & Dalbert, C. (2008). School Bullying: Belief in a Personal Just World of Bullies, Victims, and Defenders. *European Psychologist*. 13(4), 248-254.
- Crean, H. F., y Johnson, D. B. (2013). Promoting Alternative Thinking Strategies (PATHS) and elementary school aged children's aggression: Results from a cluster randomized trial. *American Journal of Community Psychology*, 52(1), 56-72.
- Cuadra, D., Salgado, J., Lería, F., y Menares, N. (2018). Teorías subjetivas en docentes sobre el aprendizaje y desarrollo socioemocional: Un estudio de caso. *Revista Educación*, 42(2), 250-271. <https://doi.org/10.15517/revedu.v42i2.25659>
- Del Mazo, M. (2014). La luz de Lucia. Cuento de luz.
- Defensor del pueblo (2000). Informe sobre Violencia Escolar: el Maltrato entre Iguales en la Educación Secundaria Obligatoria. Elaborado por C. del Barrio, E. Martín, I. Montero, L. Hierro, I. Fernández, H. Gutiérrez y E. Ochaíta, por encargo del Comité Español de UNICEF. Madrid: Publicaciones de la Oficina del Defensor del Pueblo. <http://www.defensordelpueblo.es/informes/espec99/maininfoa1.h>

- Díaz, M. y Martínez, R. y Martín, G. (2004). La violencia entre iguales en la escuela y en el ocio. Estudios comparativos e instrumentos de evaluación. Instituto de la Juventud. Madrid
- Díaz-Aguado, M. (2006). El acoso escolar y la prevención de la violencia desde la familia. *Una guía para ayudar a la familia y a la escuela a detectar, prevenir y tratar los problemas relacionados con el acoso escolar y otras formas de violencia*. Madrid: Dirección General de Familia, Consejería General de Familia y Asuntos Sociales Comunidad de Madrid. Recuperado de <http://www.madrid.org/bvirtual/BVCM007081.pdf>
- Domínguez, F. y Manzo, M. (2011). Las manifestaciones del bullying en adolescentes. *Uaricha Revista de Psicología*, 8(17), p.19-33. Recuperado de: http://www.revistauaricha.umich.mx/Articulos/uaricha_0817_019-033.pdf
- Echeburúa, E. y Requesens, A. (2012). Adicción a las redes sociales y nuevas tecnologías en niños y adolescentes. Pirámide.
- Elliot, M. (2008). Intimidación. Una guía práctica para combatir el miedo en las escuelas. Fondo de Cultura Económica.
- Estévez, E., Jiménez, T. y Moreno, D. (2010). Cuando las víctimas de violencia escolar se convierten en agresores: “¿Quién va a defenderme?”. *European Journal of Education and Psychology*, 3, 177-186
- Farrington, D. P. (1993). Understanding and preventing bullying. *Crime and justice*, 17, 381-458.
- Flecha, R., y García, C. (2007). Prevención de conflictos en las comunidades de aprendizaje. *Idea La Mancha: Revista de Educación de Castilla-La Mancha*, 4, (pp. 72-76)
- Garaigordobil, M. y Oñederra, J.A. (2010). La violencia entre iguales: *revisión teórica y estrategias de intervención*. Pirámide.
- García, B. y Luna, D. (2018). ¿Por qué es importante desarrollar las habilidades socioemocionales en la educación básica?
- Garaigordobil, M. (2011). Prevalencia y consecuencias del cyberbullying: una revisión. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 11(2), 233-254.
- García, C. (2018). Las habilidades socioemocionales, no cognitivas o “blandas”: aproximaciones a su evaluación. *Revista Digital Universitaria*, 19(6), 1-17. Recuperado de: <http://www.revista.unam.mx/2018v19n6/habilidades-socioemocionales-no-cognitivas-o-blandas-aproximaciones-a-su-evaluacion/>

- García, M., Martiza, V., Martínez, A., y Amaury, C. (2015). Bullying y violencia escolar: diferencias, similitudes, actores, consecuencias y origen. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 17(2), 9-38. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/802/80247939002.pdf>
- Goleman, D. (2010). *Inteligencia emocional*. Kairós,
- Goleman, D. y Davidson, R. (2017). Los beneficios de la meditación. La ciencia demuestra cómo la meditación cambia la mente, el cerebro y el cuerpo. Kairós.
- Herrera, L., Buitrago, R., Lorenzo, O., & Badaea, M. (2015). Socio-Emotional Intelligence in Colombian Children of Primary Education. An analysis in rural and urban settings. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 203, 4-10. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.08.251>
- Horne, A., Stoddard, J. & Bell, C. (2007). Group Approaches to Reducing Aggression and Bullying in School. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*. 11(4), 262-271.
- Ibarrola, B. (2008). *El club de valientes*. Ediciones SM.
- Jones, S. M., Bouffard, S. M., & Weissbourd, R. (2013). Educators' social and emotional skills vital to learning. *Phi Delta Kappan*, 94(8), 62-65.
- Legue, P. y Maguendzo, A. (2013). Quienes participan en el Bullying. *Revista EDUCARCHILE*. Recuperado de <http://www.educarchile.cl/ech/pro/app/detalle?ID=194861>
- Luis Suñer Maurel. (s.f.) Obertura Guillermo Tell- Giachino Antonio Rossini. [video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=DY4lqqhujg>
- Macías, M. R. (2021). El Club de Valientes. La educación social ante el acoso escolar. *RES: Revista de Educación Social*, (33), 150-164.
- Maccoby, E. E. (2000). Parenting and its effects on children: on reading and misreading behavior genetics. *Annual Review of Psychology*, 51, 1-27
- Mckee, D. (2007). *Dos monstruos*. ANAYA INFANTIL Y JUVENIL
- Mayer, J. D. y Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? En P. Salovey y D. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: implications for educators* (pp. 3-31). New York: Basic Books
- Méndez, I. y Cerezo, F. (2010) Test Bull-s: programa informático de evaluación de la agresividad entre escolares. En Arnaiz, P.; Hurtado, M^a.D. y Soto, F.J. (Coords.) *25 Años de Integración Escolar en España: Tecnología e Inclusión en el ámbito educativo, laboral y comunitario*. Murcia: Consejería de Educación, Formación y Empleo.

<https://www.bienestaryproteccioninfantil.es/imagenes/tablaContenidos03SubSec/imend ez.pdf>

- Mitsuko Uchida-Tema (s.f.). Schubert: Piano Sonata No. 20 in A, D.959 – 2. Andantino. [video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=PNU9OxXprq0>
- Monclús, E., Saban, A., y Vera, C. (2006). Actuaciones y propuesta a nivel internacional. *Violencia escolar*. Davinci Continental.
- Monjas Casares, M. (2002). *Programa de enseñanza de habilidades de interacción social (PEHIS) para niños y niñas en edad escolar*. CEPE
- Monks, C. P. and Coyne, I. (Eds.). (2011). *Bullying in difference context*. Cambridge, United Kingdom: Cambridge University Press.
- Mora-Merchán, J. A. y Ortega, R. (2007) The new forms of school bullying and violence. In R. Ortega, J.A. MoraMerchán y T. Jäger (Eds.), *Acting against school bullying and violence. The role of media, local authorities and the Internet*. 7-34
- Moroney, T. (2007). *Cuano tengo miedo*. Ediciones SM
- Moses, B. (2012). *Emma Enfadosauria*. Anaya
- Muñoz, J. (2016). Factores de riesgo en el acoso escolar y el ciberacoso: implicaciones educativas y respuesta penal en el ordenamiento jurídico español. *Revista Criminalidad*, 58(3): 71-86.
- Navarrete-Galiano, R. (2009). Los medios de comunicación y la concienciación social en España frente al acoso escolar. *Estudios sobre el mensaje periodístico*, 15, 335-345. <https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/29258/12536-12616-1-PB.PDF?sequence=1&isAllowed=y>
- Olivia V. S. (s.f.). Mussorgsky-Pictres at an Exhibition – The Gnome. [video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=jGZD6tJ2Lw4>
- Olweus, D. (1993). *Bullying at school: what we know and what we can do* New York.
- Olweus, D (1998). *Conductas de acoso y amenaza entre escolares*. Ediciones Morata
- OMS (2004). *Invertir en salud mental*. Trad. ItzhakLevav. Ginebra: Organización Mundial de la Salud. Recuperado de: https://www.who.int/mental_health/advocacy/en/spanish_final.pdf
- Opengart, R. (2007). Integrative literature review: emotional intelligence in the k-12 curriculum and its relationship to American workplace needs: a literature review. *Human ResourceDevelopmentReview*, 6(4), 442-458.
- Ortega, R. (2010). *Agresividad injustificada, bullying y violencia escolar*. Alianza.

- Oñate, A., y Piñuel, I. (2005). *Informe Cisneros VII: Violencia y acoso escolar en alumnos de Primaria, ESO y Bachiller*. Instituto de Innovación educativa y Desarrollo directivo: Madrid
- Ortega, R. (1998). *La convivencia escolar que es y cómo abordarla*. Junta de Andalucía. Consejería de Educación y Ciencia.
- Ortega, R. y Mora-Merchán, J. (2000). *Violencia escolar. Mito o realidad*. Sevilla: Megablum.
- Organización Panamericana de la Salud, OPS, Oficina Sanitaria Panamericana, OSP & Oficina Regional de la Organización Mundial de la Salud, OMS (2003). Informe mundial de violencia y de la salud 2003. Disponible en: http://www.paho.org/spanish/dd/pub/violencia_2003.htm
- Ovejero, A. (2014). Factores psicosociales y acoso escolar en el ámbito familiar. *Revista International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 5(1), 351-353
Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349851788039.pdf>
- Ortega, R. [coord.] (2010). *Agresividad injustificada, bullying y violencia escolar*. Alianza.
- Pellegrini, A.D, Bartini, M., & Brooks, F. (1999). School bullies, victims, and aggressive victims: Factors relating to group affiliation and victimization in early adolescence. *Journal of educational psychology*, 91(2), 216.
- Patricio Inostroza Conejo. (s.f.) Mozart- Turkish Marcha-Marcha Turca. [video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=rrk-zuuc77U&t=30s>
- Peralta, A. (2013). *Importancia de la educación socioemocional en el jardín de infantes*. Dunken.
- Pekrun, R. (2014). *Emotions and Learning*. Educational Practices Series-24. UNESCO International Bureau of Education.
- Ramos, N., Enríquez, H. y Recondo, O. (2012). *Inteligencia Emocional Plena*. Kairós.
- Raver, C. C., Jones, S.M., Li-Grining, C., Zhai, F., Bub, K., & Pressler, E. (2011). CSRP's impact on low-income preschoolers' preacademic skills: self-regulation as a mediating mechanism. *Child Development*, 82(1), 362-378. Recuperado de <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2010.01561.x>
- Riese, J., y Urbanski, J. (2018). III. Programa Olweus para Prevenir el Acoso Escolar1.
- Rojas, C. y Zarate, A. (2012). *Bullying escolar*. Obtenido de: http://www.codigociencia.org/wp-content/uploads/2012/ejemplos/142_syh.pdf
- Rojas, L. (2005). *Bullying: acoso violento escolar*.

- Sainio, M., Veenstra, R., Huitsing, G., & Salmivalli, C. (2011). Victims and their defenders: A dyadic approach. *International journal of behavioral development*, 35(2), 144-151
- Salmivalli, C. (1999). Participant role approach to school bullying: implications for intervention. *Journal of Adolescence*, 22(4), 453-459.
- Samper-García, P., Mestre-Escrivá, V., Malonda-Vidal, E., & Mesurado, B. (2015). Victimización en la escuela: relación de la crianza y variables funcionales-disfuncionales del desarrollo. *Anales de Psicología/Annals of Psychology*, 31(3), 849-858.
- Sanz, A. I., y Reyzábal, M. V. (2014). Resiliencia y acoso escolar: la fuerza de la educación. *Resiliencia y acoso escolar*, 1-304.
- Simón, P. V. (2013). Aprender a practicar mindfulness. Sello Editorial
- Slegers, L. (2012). Las emociones de Nacho. Edelvives
- Smith, P. K., Talamelli, L., Cowie, H., Naylor, P., & Chauhan, P. (2004). Profiles of non-victims, escaped victims, continuing victims and new victims of school bullying. *British journal of educational psychology*, 74(4), 565-581.
- Smith, P.K., Mahdavi, J., Carvalho, M., Fisher, S., Russel, S y Tippett, N. (2008). Cyberbullying: its nature and impact in secondary school pupils. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 49(4), pp. 376-385
- Tarjetas para trabajar las emociones. (2019, 27 de enero). Actividades de Infantil y Primaria. <https://www.actividadesdeinfantilyprimaria.com/2019/01/27/tarjetas-para-trabajar-las-emociones/>
- Torrego, J. C. (2006). (Coord). Modelo integrado de mejora de la convivencia.– Estrategias de mediación y tratamiento de conflictos. Graó.
- Tresgallo, E. (2008). Violencia escolar (“Bullying”): Documento para padres y educadores. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*. 19(3), 328-333.
- Voors, W. (2000). Bullying. El acoso escolar. El libro que todos los padres deben conocer. Oniro.
- Wallon, H. (1934). Les origines du caractère chez l'enfant. Boivin & Cie
- Weinstein, E. (2018). *Características emocionales del trabajo de docentes de colegio: un estudio cualitativo a partir de incidentes críticos en el aula* (tesis de magíster). Universidad de Chile, Chile.

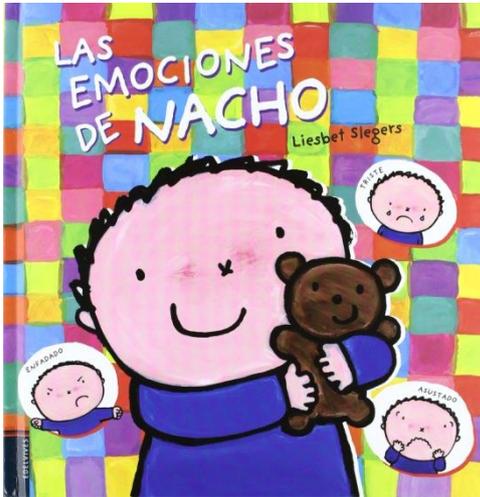
World Health Organization. (2004). *Invertirensalud mental*.

Zembylas, M. (2004). The Emotional Characteristics of Teaching: An Ethnographic Study of One Teacher. *Teaching and Teacher Education*, 20, 185–201.

ANEXOS

(ANEXO 1)

Actividad 1: El cuento de “Las emociones de Nacho”



(ANEXO 2)

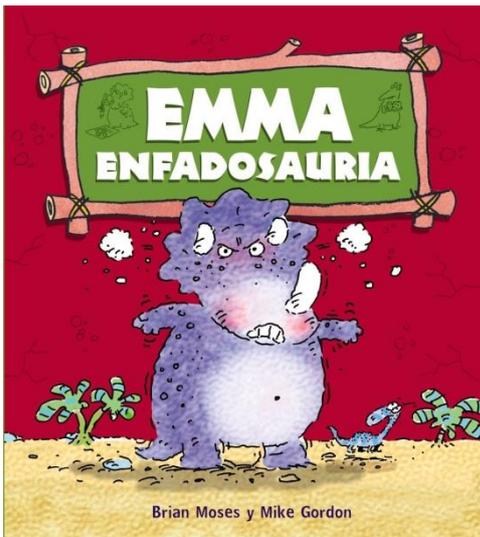
Actividad 2: Fotos de distintas caras que representan diferentes emociones





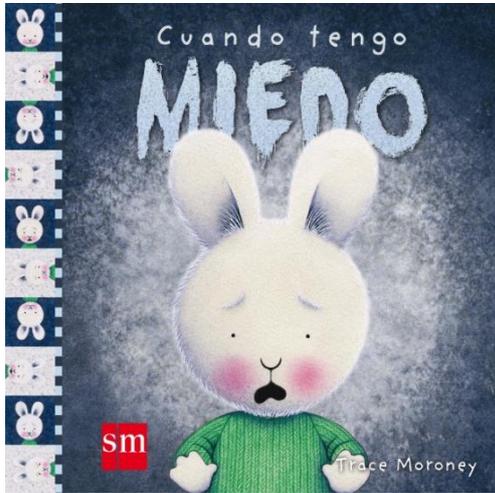
(ANEXO 3)

Actividad 4: El cuento de “Emma enfadosauria”



(ANEXO 4)

Actividad 5: El cuento de “Cuando tengo miedo”

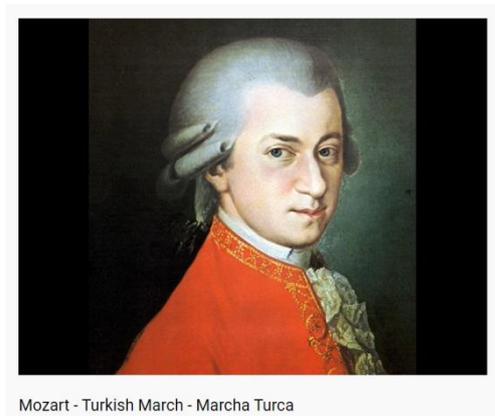


(ANEXO 5)

Actividad 6: Tipos de música



Mussorgsky - Pictures at an Exhibition - The Gnome



Mozart - Turkish March - Marcha Turca



Obertura Guillermo Tell - Giachino Antonio Rossini



Schubert: Piano Sonata No. 20 in A, D.959 - 2. Andantino

(ANEXO 6)

Actividad 8: Tarjetas de emociones



Confusa



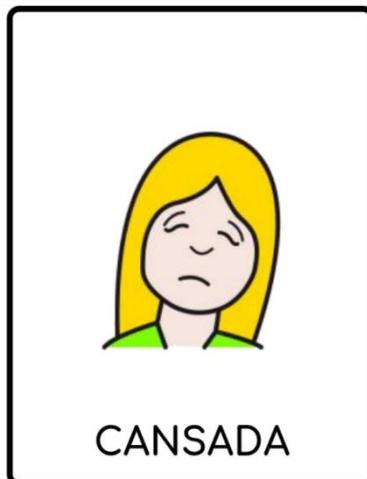
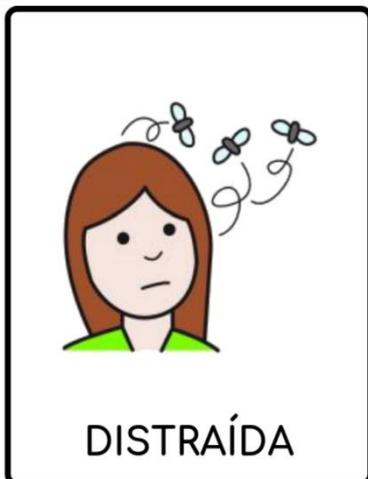
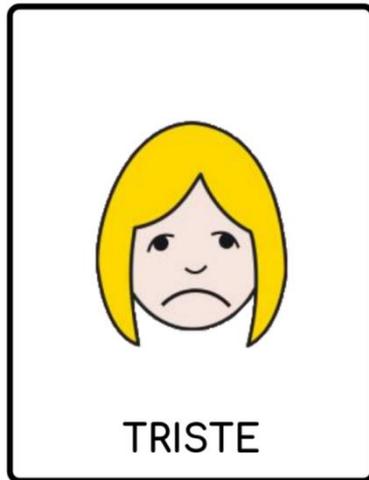
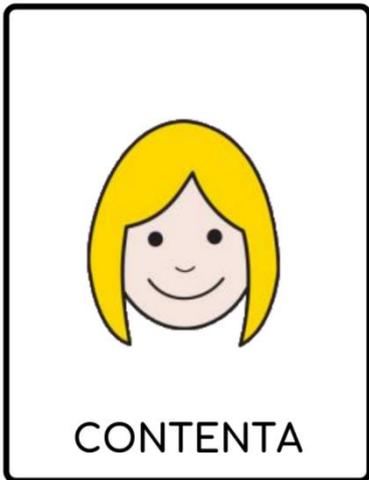
Aburrido



Tímida

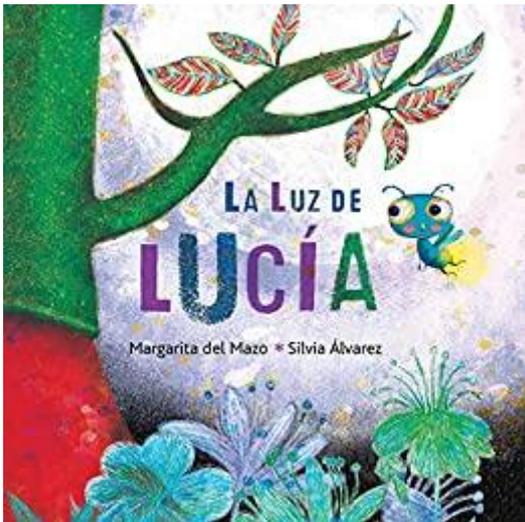


Excitado



(ANEXO 7)

Actividad 9: El cuento de “La luz de Lucía”



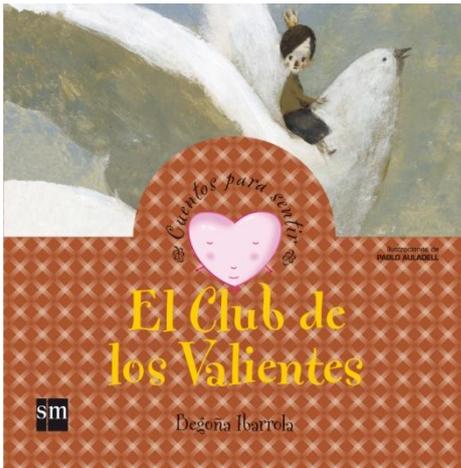
(ANEXO 8)

Actividad 13: El cuento de “El pirata de las estrellas”



(ANEXO 9)

Actividad 15: El cuento de “El club de valientes”



(ANEXO 10)

Actividad 16: Fotos de las situaciones de *bullying*







(ANEXO 11)

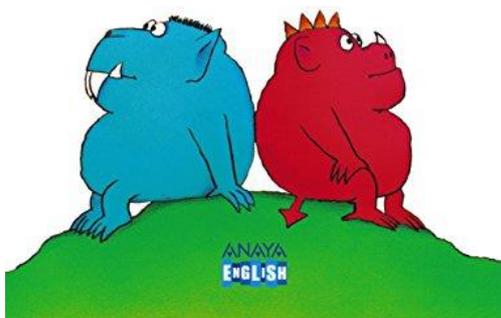
Actividad 19: El cuento de “Dos monstruos”



Dos monstruos

Two Monsters

David McKee



(ANEXO 12): Escala de estimación de la evaluación inicial

| ITEMS | SI | NO | OBSERVACIONES |
|--|----|----|---------------|
| Reconocen las emociones básicas como alegría, enfado, tristeza, miedo... | | | |
| Reconocen las emociones que están sintiendo sus compañeros | | | |
| Expresan sus propios sentimientos y emociones | | | |
| Son capaces de ponerse en la piel de su compañero y tener empatía | | | |
| Poseen herramientas para gestionar las emociones | | | |
| Tienen herramientas para resolver conflictos | | | |
| Sabén distinguir entre actitudes positivas y negativas | | | |
| Conocen información sobre el concepto de acoso escolar | | | |
| Desarrollan valores como el respeto a sus compañeros | | | |

(ANEXO 13): Escala de estimación de la evaluación final

| ITEMS | SI | NO | OBSERVACIONES |
|--|-----------|-----------|----------------------|
| Saben reconocer como se siente con cada emoción | | | |
| Saben expresar sus sentimientos | | | |
| Distinguen las consecuencias que puede tener el enfado | | | |
| Saben reconocer que tipos de emociones son en distintos contextos | | | |
| Saben distinguir distintas emociones a través de la música | | | |
| Saben expresar sus emociones a través de su cuerpo | | | |
| Respetan las emociones y sentimientos de sus compañeros | | | |
| Sabe utilizar diferentes habilidades emocionales en una situación de acoso escolar | | | |
| Saben identificar el problema en una situación de bullying | | | |
| Conocen las consecuencias que puede tener una situación de acoso | | | |
| Expresan ideas a soluciones sobre conflictos que se pueden llegar a producir | | | |