

MÁSTER UNIVERSITARIO EN FORMACIÓN DEL PROFESORADO DE SECUNDARIA, BACHILLERATO,
CICLOS, ESCUELAS DE IDIOMAS Y ENSEÑANZAS DEPORTIVAS

Programa de Intervención en las conductas de Bullying y Cyberbullying

Presentado por:

Alba Rayo González

Dirigido por:

María Carmen Jiménez Real

CURSO ACADÉMICO

2022/2023

Resumen

El bullying y ciberbullying están a la orden del día en los centros educativos y cada vez los porcentajes son mayores sobre todo en la población adolescente, llevando a consecuencias bastante problemáticas en la persona que lo sufre, lo realiza y la que lo presencia. Dos de las consecuencias más graves y mortales son la ideación y la conducta suicida, las cuales, han tenido un incremento significativo a nivel mundial. Debido a la necesidad detectada de concienciar a los/as adolescentes de la gravedad de este tipo de fenómeno, se cree necesario la implantación de un programa de intervención a los alumnos/as de 1º de la E.S.O., con el objetivo de dotar de herramientas para la prevención de este tipo de conductas. Para ello, mediante una evaluación inicial, se han detectado las necesidades que presenta el alumnado respecto al bullying y ciberbullying y en base a estas, se han planteado una serie de objetivos que se centran en: sensibilizar sobre la problemática, identificar una situación de bullying y sus roles, conocer las graves consecuencias y trabajar competencias emocionales. Estos objetivos se han trabajado mediante actividades teórico-prácticas con metodologías que favorecen la inclusión, la reflexión, el trabajo en equipo y la motivación. Para finalizar, se ha realizado una evaluación final en la que se concluye que ha sido positiva la trayectoria a lo largo de las sesiones y el alumnado ha adquirido más conocimientos y ha sido sensibilizado y concienciado de la gravedad de esta problemática y todos los riesgos que conlleva.

Palabras clave: bullying, ciberbullying, conducta suicida, adolescentes, intervención.

Abstract

Bullying and cyberbullying are the order of the day in the centers and increasingly the percentages are higher especially in the adolescent population, leading to quite problematic consequences in the person who suffers it, performs it and the presence. Two of the most serious and deadly consequences are suicidal ideation and behavior, which have had a significant increase in the world. Due to the detected need to raise awareness among adolescents of the severity of this type of phenomenon, It is considered necessary to implement an intervention program for students of 1st E.S.O. with the aim of providing tools for the prevention of this type of behavior. To this end, through an initial evaluation, the needs presented by students regarding bullying and cyberbullying have been identified and on the basis of these, a series of objectives have been proposed that focus on: raising awareness of the problem, identify a bullying situation and its roles, know the serious consequences and work emotional skills. These objectives have been worked through theoretical-practical activities with methodologies that favor inclusion, reflection, teamwork and motivation. Finally, a final evaluation was made in which it was concluded that the trajectory throughout the sessions has been positive and the students have acquired more knowledge and have been sensitized and aware of the seriousness of this problem and all the risks that entails.

Keywords: bullying, cyberbullying, suicidal behavior, teenagers, intervention.

Índice De Contenidos

Introducción Del TFM	8
Justificación Teórica	9
Objetivos	23
Presentación De Capítulos	23
Metodología	24
Desarrollo Plan De Intervención	24
Marco Normativo Estatal y Específico de la Comunidad Autónoma de referencia	24
Contextualización del Centro Educativo	27
Localización	27
Oferta Educativa E Instalaciones Del Centro Educativo	27
Servicios	28
Misión y objetivo	28
Organización Y Composición Del Departamento De Orientación	29
Funciones Del Departamento De Orientación	29
Recursos Del Departamento De Orientación	29
Análisis De La Realidad Escolar En La Que Llevan A Cabo Prácticas Utilizando Los	
Marcos Teóricos Estudiados	30
Identificar Posibles Ámbitos de Mejora de la Intervención Desarrollada por el Centro de	
Prácticas Realizadas	30
Planificación De Un Plan De Intervención	31
Objetivos	31
Metodología	32

Infraestructura	33
Materiales Didácticos	33
Sesiones De Trabajo	34
Temporalización	50
Evaluación	50
Atención A La Diversidad	51
Conclusiones, Limitaciones Y Prospección De Futuro	52
Referencias Bibliográficas	56
Anexos	59

Índice De Figuras

Figura 1. <i>Acciones que toman los adolescentes frente a los casos de bullying.</i>	14
Figura 2. <i>Familiaridad con el bullying.</i>	15
Figura 3. <i>Conductas de acoso cibernético o cyberbullying.</i>	17
Figura 4. <i>Recuento de suicidios en jóvenes de 15 a 29 años en España en el periodo 2010-2020.</i>	20

Índice de tablas

Tabla 1. <i>Sesión Evaluación Inicial.</i>	34
Tabla 2. <i>Sesión 2. Nos introducimos en el tema</i>	35
Tabla 3. <i>Sesión 3. Identificamos roles</i>	37
Tabla 4. <i>Sesión 4. Consecuencias del bullying.</i>	39
Tabla 5. <i>Sesión 5. Eliminación de apodos.</i>	40
Tabla 6. <i>Sesión 6. Habilidades sociales.</i>	42
Tabla 7. <i>Sesión 7. Competencias emocionales.</i>	43
Tabla 8. <i>Sesión 8. Conducta suicida.</i>	45
Tabla 9. <i>Sesión 9. Entrevistas.</i>	47
Tabla 10. <i>Sesión 10. Difusión.</i>	48
Tabla 11. <i>Sesión 11. Evaluación final.</i>	49
Tabla 12. <i>Diagrama de Gantt.</i>	50

Introducción del TFM

En el presente Trabajo de Fin de Máster (TFM, en adelante) se aborda una problemática actual de gran relevancia en el mundo, el aumento del bullying, ciberbullying entre los adolescentes dentro de las aulas, y el incremento de las conductas suicidas como consecuencia de ello.

A lo largo de la etapa de escolarización hay un alto porcentaje de alumnos/as que han sufrido bullying alguna vez, los cuales muchos de ellos/as no eran conscientes de ello, otro porcentaje no lo veía para tanto, si no como una “simple broma”, en otros casos simplemente se callaban y lo aceptaban día a día y finalmente en un porcentaje más bajo acudían a pedir ayuda a docentes o familiares. Cuando se viven este tipo de situaciones, independientemente del rol que ocupes en estas, se sufren consecuencias a diferentes niveles y éstas pueden marcar un antes y un después en la persona, debido a que la etapa de la adolescencia es de múltiples cambios y un periodo del desarrollo crítico donde el autoconcepto tiene un lugar muy importante y este es validado por la aceptación de sus iguales. Es por esto, por lo que hay que concienciar y formar a los docentes, los alumnos/as y las familias en la identificación y actuación en las situaciones de bullying y ciberbullying. Para ello durante el presente TFM, se ha realizado una búsqueda de los conceptos más relevantes del bullying y ciberbullying para fundamentar las ideas principales de la problemática lo cual nos lleva a una necesaria implementación de un proyecto de intervención dirigido al alumnado de 1º de E.S.O. , en el cual se plantean unos objetivos a conseguir a través de diferentes sesiones en las que se han diseñado una serie de actividades. Se ha diseñado mediante una metodología que atiende a la diversidad, fomenta la inclusión, innovadora y que permite la construcción del propio aprendizaje del alumnado. Finalmente se procede a realizar una evaluación y una análisis de la implementación del programa de intervención punto por punto.

a. Justificación Teórica

El Bullying a día de hoy ha aumentado considerablemente dentro de las aulas, teniendo una gran incidencia en estudiantes adolescentes de secundaria, y además este, se ha asociado de una manera directa con ideación suicida (Azúa et al., 2020). Un dato alarmante como consecuencia de esta problemática es que “según las estimaciones de la OMS, se ha observado un incremento de la conducta suicida dentro la población adolescente y se sitúa como una de las tres causas de muertes más frecuentes en esta población” (Sandoval et al., 2018).

Además de Bullying, el Ciberbullying es otra problemática actual la cual ha aumentado de manera considerable debido al auge de las tecnologías y sobre todo con las redes sociales. “Internet se ha convertido en un medio para acosar a otras personas, entre ellas los estudiantes, las relaciones de victimarios y víctimas establecidas en los espacios escolares se ha trasladado a otra dimensión” (Alvarez Blas de Aroni et al., 2022, p. 20). En el artículo de Álvarez Blas de Aroni et al. (2022) informa que “Según el Centro Nacional de Estadísticas Educativas entre los estudiantes de 12 a 18 años que informaron haber sido acosados en la escuela, el 15% fue acosado en línea o por mensaje de texto”. En consecuencia a estos datos, es de gran importancia educar a los niños/as adolescentes a hacer un uso responsable de las tecnologías y redes sociales, y hasta cierta edad tener una supervisión parental adecuada.

Otros datos que también son alarmantes y requieren especial atención son:

Según la Unesco (2019, como se cita en Carda et al., 2021) a lo largo de la etapa educativa, uno de cada tres niños y adolescentes (32%) ha sido acosado por sus compañeros en el centro escolar y uno de cada diez (10%) ha sufrido acoso cibernético en el último mes.

(p. 65)

Como conclusión de un estudio de 11 alumnos/as de la provincia de Castellón realizado por Carda et al. (2021) se han encontrado unos “resultados por encima de la franja de la prevalencia de víctimas de Bullying en estudios nacionales e internacionales, con un 10,05% del total con el rol de víctima y un 4% con rol de víctima y agresor”.

Como indica Jimenez et al. (2021) en un estudio en el cual participaron 220 alumnos/as desde sexto primaria hasta primero de bachillerato de centros situados en Granada:

Un 26,3% del total de la muestra de estudiantes seleccionada afirmaron ser o haber sido acosados en algún periodo de tiempo durante su estancia en el centro escolar. El 14,1% señaló haberse involucrado en el rol de agresor. (p.6)

En cuanto a Ciberbullying, “un 13,2% manifestó ser o haber sido ciberacosado y un 4,5% de la muestra señala que perpetra este acoso a partir de las TICS. (Barton et al., 2021, p. 6)

Tras analizar estos datos y porcentajes tan altos de Bullying y Ciberbullying dentro de las aulas, es necesario paliar en la medida de lo posible estos hechos y así reducir también las tasas de ideación y conducta suicida como consecuencia. Para ello hay que prevenir, que los adolescentes sepan identificar cuando se dan estos casos y qué rol tienen en estos, y poner en conocimiento las consecuencias que tienen tanto en ellos como en los demás. Otro aspecto necesario y de gran importancia, es que sepan cómo actuar, a quién pedir ayuda y en qué momento. Para ello se va a implementar un programa de intervención con los alumnos de 1º de la E.S.O. para la prevención de este tipo conductas.

A continuación se expone un marco teórico en el que se abordan los aspectos más importantes de estas problemáticas basado en estudios científicos y datos actuales.

Hablamos de bullying, cuando se da entre iguales. Azua Fuentes et al. (2020) lo define como la “exposición repetida en el tiempo a acciones negativas perpetradas por uno o más estudiantes, con los cuales se tiene una desventaja en términos de poder o fuerza”. Se da en el entorno escolar,

aunque las peleas, discusiones, insultos, etc pueden suceder fuera de este. La persona o individuo que ejerce ese poder, lo hace siempre sobre el más débil y de una manera consciente, con la intención de hacer daño.

Hay diferentes roles dentro del bullying entre los que encontramos:

-El agresor. Es el que ejerce el abuso o poder sobre la víctima y “pretende mantener el poder social o lo hace elevar su estado de superioridad en su grupo de compañeros mediante el miedo”. (Goodier et al., 2022).

-Víctima. Siendo la que sufre bullying por diferentes causas como la identidad, cultura, estereotipos, por tener un pensamiento diferente o por envidia entre otros (Romero y Plata, 2015, citado en Goodier et al., 2022). Hay varios estudios que indican que la víctima presenta características propias como discapacidad física e intelectual, por destacar en el ámbito académico a los que por lo general les llaman “los dejados”, “maricones”, “rajones”, “chillones”, entre otras (Galván et al., 2020).

-Observadores. Compañeros que observan las situaciones de abuso pudiendo reaccionar aprobando esa intimidación o negándola (Rocca Misme 2022, como se cita en Torres et al., 2023).

Tipos de bullying

-Verbal: Los agresores utilizan el insulto y la humillación verbal. Los comportamientos verbales y motes tienen carácter ofensivo hacia la víctima. Este tipo de bullying va acompañado normalmente al físico (Aepsis, 2022).

Hablamos de este tipo de bullying a acciones como poner apodos o motes, burlarse, insultar, entre otras. (Torres et al., 2023, p.27)

-Físico: Según Torres et al. (2022) algunos ejemplos de este tipo de bullying son golpear, pegar patadas, pegar, empujar, amenazas, robar, esconder o estropear material escolar u objetos personales, obligar a alguien a hacer algo que no quiere.

-Psicológico: Influye en gran medida en la autoestima de la víctima haciendo más grandes sus miedos e inseguridades. (Aepsis, 2022).

-Ciberbullying: agresivo e intencionado que sucede a través de las Tecnologías de la interacción y comunicación (TICS).

-Social: El agresor/a aísla a la víctima del grupo de clase negándole la pertenencia al grupo y despreciándolo para hacerle sentir inferior (Aepsis,2022).

hacer el vacío, ningunear, aislar a la víctima, ignorar a la persona deliberadamente, difundir rumores, entre otras. (Torres et al., 2023, p.27)

-Sexual: Abuso o acoso sexual que se da sin el consentimiento de la víctima, que se da dentro del centro escolar. Se dan también agresiones físicas, verbales y violaciones y aspectos como homofobia, machismo y racismo (Aepsis, 2022).

Causas del Bullying

Las causas del bullying son muy variadas y además estas presentan sus dificultades.

Las causas del bullying tienen tanto factores instrumentales como emocionales.

Por ejemplo, la persona que acosa normalmente tiene emociones de frustración, reactividad emocional o dificultad para controlar impulsos, por lo que la manera que tiene de expresar y liberar esas emociones es la agresión. (De Tirso, 2023)

Por otro lado, De Tirso (2023) se refiere a un factor instrumental al beneficio social o de poder grupal, pero para que este ocurra es necesario el apoyo y la validación de este tipo de conductas por parte del entorno del acosador.

De Tirso (2023) plantea que:

Los valores culturales y sociales son clave para fomentar o frenar la agresión, ya que aunque el acoso es escolar, los acosadores/as pueden haber aprendido ese tipo de conductas

agresivas fuera del centro, como por ejemplo, en su familia, en su entorno cercano, en las redes sociales, en los medios de comunicación, entre otras.

La falta de valores familiares, las conductas violentas por parte de los progenitores, sufrir maltrato sin razón por parte de tu círculo más cercano, un nivel socioeconómico bajo, entre otras, también pueden ser causas que los alumnos/as experimentan en sus familias.

Por ello es de gran importancia que el entorno escolar forme en valores humanos, fomente el respeto, tolerancia, buen comportamiento y actitudes éticas para prevenir situaciones de acoso.

Consecuencias del bullying

El bullying tiene unos efectos o consecuencias tanto a corto, medio, como a largo plazo, siendo los de largo plazo quizá los que peor influyen en el individuo (Monelo et al., 2015). Estos efectos pueden sufrírselos todos los individuos que se ven envueltos en esta situación, es decir, la víctima, los observadores/as y el agresor/a. Aún así, el que mayor impacto recibe en cuanto a consecuencias es la víctima. “Todos los implicados están en riesgo de sufrir desajustes psicosociales y trastornos psicopatológicos en la adolescencia y en la vida adulta” (Monelo et al., 2015, p. 4).

Cuando se es víctima de bullying a lo largo de la adolescencia, el cual es un período clave en el desarrollo físico, social y psicológico de las personas, se ha visto correlación con alteraciones en el sueño, una peor salud mental y un rendimiento académico deficiente (Hysing et al., 2019, citado en Carda et al., 2021). Esta, va a adquirir unos aprendizajes que van a influir de forma negativa en sus relaciones futuras y actuales.

Por lo tanto, el bullying conlleva o produce una disminución de la calidad de vida, del bienestar físico y emocional, es decir, afecta al desarrollo general del individuo.

Hay un largo listado de consecuencias que sufre la víctima del bullying, pero las principales son problemas en el rendimiento escolar, poner resistencia para ir al colegio y sobre todo problemas de

autoestima y pérdida de confianza en sí mismo. Otras consecuencias que conlleva el bullying pueden ser:

Bastante dolor físico, escasa comunicación, ansiedad, en algunos casos presenta depresión o síntomas depresivos, sentimiento de culpabilidad, angustia, pueden llegar a experimentar pesadillas, afecciones físicas (insomnio, falta de apetito, enuresis, vómitos, dolor de cabeza y de estómago, etc), abandono escolar, desconfianza en las demás personas. (Torres et al., 2023)

En casos extremos, el bullying tiene consecuencias muy graves, como la ideación suicida, que pueden desembocar en consecuencias mortales para la víctima, como el acto suicida.

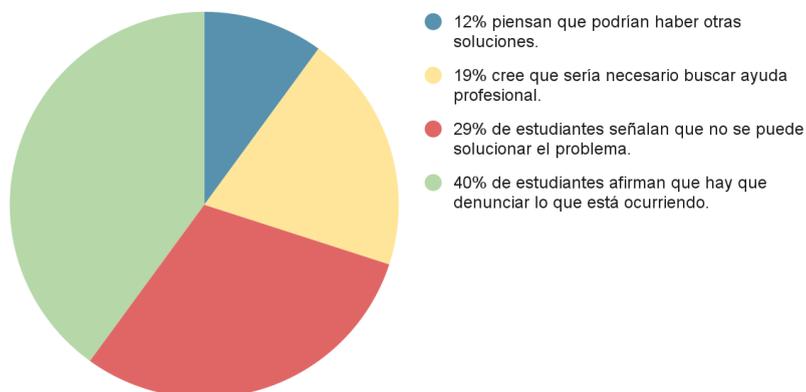
Torres et al. (2023) muestran estas estadísticas en un estudio realizado:

El 72% de estudiantes, creen que los docentes son quienes paran las situaciones de intimidación; mientras que el 26% responde que en ciertas ocasiones nadie hace nada por detener esta problemática, y el otro 2% consideran que algunos compañeros están en contra de estas situaciones. Por otro lado, el 40% de estudiantes afirman que hay que denunciar lo que está ocurriendo, según el 29% no se puede solucionar el problema de bullying, el 19% dice que hay que buscar ayuda profesional y el 12% que podrían haber otras soluciones. (p. 8)

Figura 1.

Acciones que toman los adolescentes frente a los casos de bullying.

Qué acciones tomarían los adolescentes frente a los casos de bullying

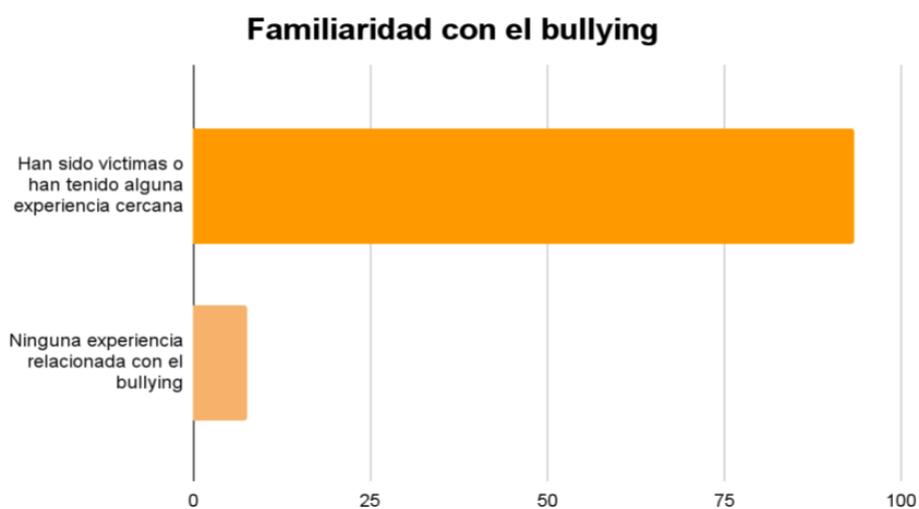


Nota. *Elaboración propia.*

En el trabajo de investigación de Torres et al. (2023) refleja en una encuesta de la relación entre el bullying y la autoestima que el 100% de los docentes afirman que el 100% de las agresiones afectan la autoestima. Y por último, el 93,3% de los alumnos afirma que él o algún compañero ha sido víctima de insultos y un 6,7% dicen que no. Por último el 97,7% dicen que han sido aislados por parte de sus compañeros durante su etapa de estudiantes. (p. 9)

Figura 2.

Familiaridad con el bullying.



Nota. *Elaboración propia.*

Bullying como factor de riesgo del suicidio

En los últimos dos años, la correlación entre bullying y suicidio infantil y adolescente ha aumentado en gran medida debido a los casos de gravedad sucedidos en nuestro País.

Como indica Azúa et al. 2020, “el bullying es un factor de riesgo para ideación suicida en población adolescente cursando un episodio depresivo, y se asociaría directamente a ideación suicida en ciertos subgrupos”.

Galván et al. (2020) realizó un estudio con una muestra de 253.270 sujetos víctimas de bullying en el cual “184.204 presentaron ideación suicida, 792 intentos de suicidio, 313 planificación suicida y 196 suicidio consumado”.

Por otro lado, “según estima la OMS, se ha observado un incremento de la conducta suicida dentro la población adolescente y se sitúa como una de las tres causas de muertes más frecuentes en esta población” (Sandoval et al., 2018).

Ciberbullying

Dentro de esta problemática encontramos también el ciberbullying que como indican De Luis y Landazabal (2019), “es la acción intencional de agresión repetida en el tiempo, perpetrada por un individuo o grupo sobre otra persona con dificultad para defenderse”. Es decir, es similar al bullying, pero tiene dos diferencias claves, que este se produce a través de internet y que el agresor mantiene el anonimato, siendo más difícil en estos casos detectarlo. Según Moretti y Herkovits (2021), las formas más frecuentes de ciberbullying son los insultos, amenazas, difusión de información personal, fotos y vídeos, hackear cuentas personales con el fin de difundir fotos humillantes y comentarios que pueden ser perjudiciales en su entorno social, creación de páginas para la transmisión de imágenes, información o críticas sobre alguien.

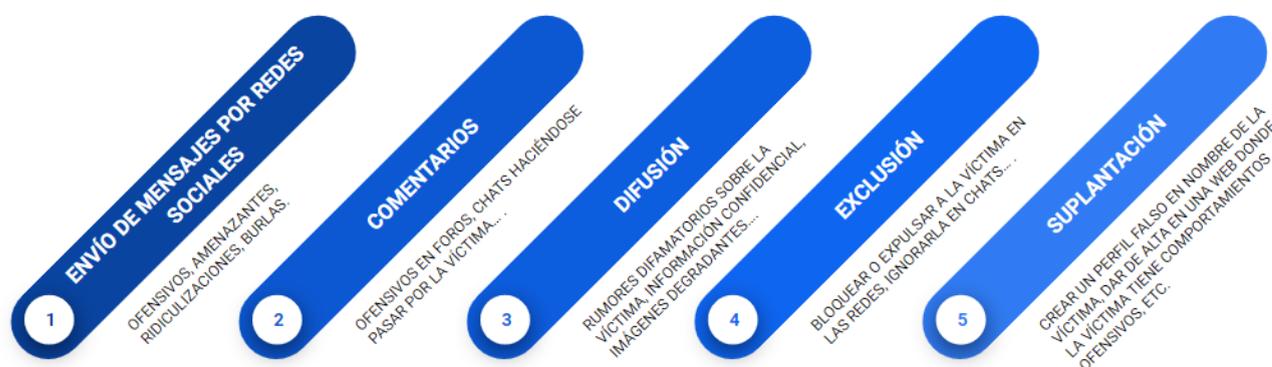
Hoy en día, con la sociedad tecnológica en la que estamos sumergidos, los niños/as comienzan a usar la tecnología a edades más tempranas, sobre todo las redes sociales, las cuales a

pesar de tener aspectos muy positivos y grandes ventajas, es una herramienta bastante potente para que se de este tipo de fenómeno.

Los adolescentes que sufren ciberbullying, lo viven como una agresión que no termina en el momento, debido a que se mantiene en el espacio virtual y en la audiencia, con la participación de varios actores (Moretti y Herkovits, 2021). La difusión de imágenes, fotos y vídeos se perciben como más dañinas que una agresión física o escrita. Por ello, con que haya un pequeño porcentaje de audiencia, provoca que estos actos se agraven, ya que este tipo de suceso deja marca en la identidad física y virtual de manera permanente. De este modo, “la repetición posible de la agresión pasa a un segundo plano y se considera que un solo acto es suficiente para que la víctima se sienta humillada y lastimada” (Moretti y Herkovits, 2021, p.10).

Figura 3.

Conductas de acoso cibernético o ciberbullying.



Nota. *Elaboración propia.*

Roles

La práctica del ciberbullying está bastante descontextualizada para los/as adolescentes, ya que no conocen la trayectoria de ese contenido y si proviene o continua de modo paralelo en el espacio no virtual. Por ello, hay posiciones recurrentes entre quienes ejercen los diferentes roles y es más difícil de distinguirlos ante una agresión de este tipo. (Moretti y Herkovits, 2021)

Dentro del ciberbullying se pueden asumir 3 tipos de roles:

-Víctimas: Sentimiento de impotencia, ya que no tienen control sobre las personas que participan en la agresión, no pueden detener la difusión ni el envío de mensajes que reciben. Como indica Moretti y Herkovits (2021) en su estudio:

La víctima en muchos casos convierte el enfado en humillación y la impotencia en agresión hacia sus perpetradores a través de insultos, difusión de rumores o creación de páginas para su denuncia. También hace alusión, a que las denuncias por parte de los responsables al centro y las medidas de protección y resolución de conflictos que pone en marcha el propio centro, las víctimas las toman como situaciones de exhibición ante los agresores y que se produzca un desencadenamiento de nuevos actos de agresión y aislamiento social. (p. 10)

-Agresores: Mediante el ciberbullying, resaltan en sus iguales ciertos atributos que no son considerados dentro de los estándares sociales, como comportamentales, estéticos y de orientación sexual. (Moretti y Herkovits, 2021) Al darse de manera virtual, ejercen estas prácticas sobre personas que conocen de forma presencial.

Moretti y Herkovits (2021) afirman en su estudio que en los relatos de los adolescentes, los agresores, dan parte de responsabilidad a la víctima por recibir la agresión, ya que ellas son las que deciden ser diferentes o hacer algo que provoque esta. El fin del agresor es asegurar su pertenencia social y valoración mediante la agresión, la cual se le otorga mediante el número de “me gusta” o interacciones con el contenido (Moretti y Herkovits, 2021).

-Espectadores: Moretti y Herkovits (2021) muestran en su estudio:

Intervienen dependiendo de tres factores, entre los que se encuentran, los vínculos con las personas agresoras y agredida, el tipo de agresión y el género de los involucrados.

Tienen en cuenta estos factores, debido a que se arriesgan o exponen a ser un objetivo para

el perpetrador inicial o de otras personas. Para evitar esto, los adolescentes refieren que saldrían en defensa del agredido de forma anónima.

Consecuencias e impacto psicológico del ciberbullying

El ciberbullying o violencia a través de las tecnologías genera un gran impacto en la salud mental de quien lo recibe, ya que produce estrés emocional, ansiedad social, baja autoestima, depresión con cierta vinculación a tendencias suicidas y sentimientos de impotencia, ira y miedo (Castilla, 2021). A lo que más afecta es al autoconcepto y a la autoestima. Reset (2019, como se cita en Castilla, 2021) también indica que las víctimas de ciberbullying sufren consecuencias como depresión, ansiedad y en algunos casos llegan al suicidio.

Chaves-Álvarez et al. (2019 como se cita en Castilla, 2021) refiere a que la víctima es quien más impacto psicológico recibe, son los más afectados, ya que el trauma emocional y físico aumenta llevando a la víctima a tener sentimiento de culpa y a pensar que es la responsable de lo que le está ocurriendo. Descuidan su imagen personal, desarrollan conductas violentas y de retraimiento social.

Otras consecuencias que pueden sufrir las víctimas de ciberbullying según indica Girgin (2019 como se cita en Castilla 2021) son un bajo rendimiento llegando al abandono escolar y afectando a su estilo de vida y de aprendizaje, consumo de sustancias psicoactivas (drogas, alcohol, etc) que afectan a la salud y cuadros depresivos que tienen comorbilidad con otros problemas psicológicos. Como se ha indicado anteriormente el aprendizaje se ve afectado en gran medida, ya que presentan ausentismo, tardanzas, abandono escolar, pérdida de interés en las actividades escolares, menor calidad en los trabajos realizados y, por tanto, calificaciones más bajas (Canadian Red Cross, 2021).

Debido a que la autoestima y la integridad de la víctima se ven dañadas, esta se aísla de sus iguales y de su entorno familiar, agravando la situación la comunicación deficiente entre sus miembros y la poca cohesión familiar (Castilla, 2021).

En el caso de los agresores presentan una conducta desinhibida y antisocial a causa del anonimato que mantienen en el acoso a través de las redes tecnológicas. Muchos de los adolescentes no se hacen una idea del impacto psicológico que tiene la violencia virtual que ejercen sobre la víctima y el deterioro que les produce en todos los ámbitos de su vida (Catilla, 2021).

El suicidio en los adolescentes

El acto suicida es cuando el individuo se daña a sí mismo independientemente del grado de intención y de los motivos por lo que lleva a cabo esta acción. Acción en la cual el individuo se quita la vida de manera voluntaria y de forma premeditada.

En la adolescencia, el suicidio es una conducta voluntaria, llevada a cabo con plena conciencia y debe de considerarse como un continuo que se inicia en la ideación, autoagresiones, la amenaza, en ocasiones tentativas y finalizar con la conducta suicida (Pedreira-Massa, 2019).

Las tasas de suicidio han aumentado de manera significativa en los últimos años, llegando a ser una de las primeras causa de muerte no natural en España en el 2020, produciéndose este aumento desde 2018 en los jóvenes de edades comprendidas entre 15 y 29 años (Merino, 2022).

Figura 4.

Recuento de suicidios en jóvenes de 15 a 29 años en España en el periodo 2010-2020.



Nota. Adaptado de Merino (2022)

Como refiere Mancebo (2022):

En estos últimos años y desde el comienzo de la pandemia provocada por el COVID, los adolescentes y los niños sufren un deterioro cada vez mayor en su salud mental, sobre todo es significativo en los adolescentes que presentan más síntomas depresivos, autolesiones y conductas suicidas, siendo una situación alarmante.

La OMS indica que los tipos de actos suicidas que se dan en los adolescentes son el suicidio consumando, tentativa o intento de suicidio, amenaza de suicidio, ideación suicida y conductas autolesivas (Pedreira-Massa, 2019).

Pedreira-Massa (2019) expone los diferentes tipos de actos suicidas:

Suicidio consumado. Incluye todos los actos autoinflingidos por el/la adolescente que le llevan a la muerte.

Tentativa o intento de suicidio o parasuicidio. conductas que lleva a cabo el/la adolescente de forma voluntaria e intencionada, sin llegar a la muerte como fin. Se produce daño físico sobre sí mismo y la consecuencia es el dolor, desfiguración o daño de alguna parte o función de su cuerpo.

Amenaza de suicidio. El adolescente expresa y da a entender con palabras las intenciones de realizar un acto suicida.

Ideación suicida. Abarca tanto los pensamientos que tiene el/la adolescente sobre el poco valor que tiene su vida, como, los pensamientos y planes para llevar a cabo una acto suicida.

Conductas autolesivas. Actos que conllevan a lesiones físicas que altera la función, pérdida de sustancia y daño en los tejidos en cualquier parte del cuerpo, como pueden ser los cortes, las quemaduras, las ataduras, etc.

Signos de alarma del suicidio

Para poder ayudar a alguien que presenta ideación suicida, se debe de estar atentos a ciertas señales de alarma que manifiestan. Según Barreda (2023) encontramos:

“Signos de alarma verbales:

- Tener o expresar sentimientos de deseo de hacerse daño o de morir.
- Tener una percepción del futuro negativa, de que la situación siempre va a ser así.
- Sentimiento de culpa, de frustración, odio y vergüenza de sí mismo.
- Expresar mensajes relacionados con la muerte, como por ejemplo: ojalá desaparecer, no quiero estar aquí, entre otras.
- La persona comienza a despedirse con mensajes intensos (te querré siempre, nunca te olvidaré, gracias por todo lo que has hecho por mi...) los cuales dan la sensación de que no verás más a esa persona”.

“Por otra parte encontramos los signos de alarma no verbales:

- Intento previo de suicidio
- De forma repentina comienza a consumir drogas frecuentemente
- Presenta falta de atención y concentración.
- Marcada inestabilidad emocional, en la cual, puede pasar de tener un ataque de ira fuerte a una tranquilidad repentina.
- Eventos desencadenantes o precipitantes.

-Conducta temeraria.

-Falta de inhibición.

-Comenzar a dar cartas de despedida, regalar objetos que son muy personales, llamar por teléfono expresando despedidas”.

Objetivos

Atendiendo a la prevalencia de la problemática del Bullying y Cyberbullying y su incidencia en los estudiantes adolescentes, el objetivo general que se plantea es:

Realizar una propuesta de intervención para la prevención del Bullying y Cyberbullying con el alumnado de 1º de Educación Secundaria Obligatoria de edades comprendidas entre 13 y 14 años.

Partiendo de este objetivo, se plantean como objetivos específicos del mismo:

Realizar una revisión bibliográfica para apoyar de forma teórica el plan de intervención.

Identificar las necesidades que presenta el alumnado en cuanto a la problemática del Bullying y Cyberbullying.

Diseñar una parte práctica para trabajar con los alumnos/as los diferentes aspectos del Bullying y Cyberbullying.

Planificar las medidas para la atención a la diversidad para la realización de las actividades del plan de intervención.

Presentación De Capítulos

En el presente TFM encontramos una serie de apartados, empezando por la introducción a este en el que se expone los aspectos que se van a tratar, el bullying y cyberbullying cómo problemática actual. En el siguiente punto encontramos la justificación, el por qué se ha realizado el

trabajo sobre el bullying y cyberbullying y una fundamentación teórica, basada en referencias actuales que dan solidez a los diferentes puntos que se tratan a lo largo del TFM. Se ha propuesto un objetivo general y específicos a conseguir con la realización de este trabajo y que metodología se ha llevado a cabo o se ha implementado a lo largo de este. El marco normativo estatal y de la comunidad autónoma, en este caso Andalucía.

Por otro lado un análisis de la realidad escolar donde se va a llevar a cabo el plan de intervención, para conocer la necesidad específica de apoyo educativo que hay en el centro y en las aulas a las que va destinado. El plan de intervención, el cual se estructura punto por punto siendo los principales, el objetivo específico y sus generales, las diferentes sesiones con sus actividades correspondientes y las adaptaciones necesarias para la atención a la diversidad, el cronograma para la duración del plan de intervención y la metodología utilizada para la elaboración de este. Por último se finaliza con una conclusión en la que se exponen el nivel de satisfacción y consecución de los objetivos específicos mediante un análisis crítico tanto de los puntos fuertes como débiles y una prospección de futuro de dicho plan de intervención.

Metodología

En el presente TFM se lleva a cabo una metodología cuantitativa, ya que se ciñe a una revisión de artículos científicos, de planes de intervención anteriormente implantados y que se han cumplido con éxito y el desarrollo de cuestionarios que realizan los alumnos/as sobre los contenidos que permiten obtener resultados y datos objetivos y cuantificables de las necesidades que presentan. También se puede decir que sigue una metodología cualitativa, ya que da a conocer datos que no son cuantificables, en este caso las reflexiones, emociones, pensamientos y experiencias.

Desarrollo Plan De Intervención

Marco Normativo Estatal Y Específico De La Comunidad Autónoma De Referencia.

Marco normativo Estatal

Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de Educación, introduce en la anterior redacción de la norma importantes cambios, muchos de ellos derivados, tal y como indica la propia ley en su exposición de motivos, de la conveniencia de revisar las medidas previstas en el texto original con objeto de adaptar el sistema educativo a los retos y desafíos del siglo XXI, de acuerdo con los objetivos fijados por la Unión Europea y la UNESCO para la década 2020-2030.

Cómo comenzaba afirmando la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOE), las sociedades actuales conceden gran importancia a la educación que reciben sus jóvenes, en la convicción de que de ella dependen tanto el bienestar individual como el colectivo. Mientras que para cualquier persona la educación es el medio más adecuado para desarrollar al máximo sus capacidades, construir su personalidad, conformar su propia identidad y configurar su comprensión de la realidad, integrando la dimensión cognoscitiva, la afectiva y la axiológica, para la sociedad es el medio más idóneo para transmitir y, al mismo tiempo, renovar la cultura y el acervo de conocimientos y valores que la sustentan, extraer las máximas posibilidades de sus fuentes de riqueza, fomentar la convivencia democrática y el respeto a las diferencias individuales, promover la solidaridad y evitar la discriminación, con el objetivo fundamental de lograr la necesaria cohesión social.

Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria.

Marco normativo autonómico

El Decreto 25/2007, de 6 de febrero, de la Consejería de Innovación, Ciencia y Empresa, por el que se establecen diversas medidas para el fomento, la prevención de riesgos y la seguridad en el

uso de Internet y las tecnologías de la información y la comunicación por parte de las personas menores de edad, incluye medidas concretas a desarrollar en los centros educativos.

Orden de 20 de junio de 2011, por la que se adoptan medidas para la promoción de la convivencia en los centros docentes sostenidos con fondos públicos y se regula el derecho de las familias a participar en el proceso educativo de sus hijos e hijas, tiene entre sus objetivos facilitar la prevención, detección y eliminación de todas las manifestaciones de violencia, especialmente del acoso escolar, de la violencia de género y de las actitudes y comportamientos xenófobos y racistas.

La Orden de 20 de junio de 2011, por la que se adoptan medidas para la promoción de la convivencia en los centros docentes sostenidos con fondos públicos y se regula el derecho de las familias a participar en el proceso educativo de sus hijos e hijas, incluye como Anexo I el protocolo de actuación en supuestos de acoso escolar. Este protocolo contempla, entre otras, las situaciones de acoso a través de medios tecnológicos o ciberacoso, siendo de aplicación en los casos de intimidación, difusión de insultos, amenazas o publicación de imágenes no deseadas a través de las nuevas tecnologías de la información y la comunicación.

RESOLUCIÓN DE 14 DE DICIEMBRE DE 2022 DE LA DIRECCIÓN GENERAL DE ORDENACIÓN, INCLUSIÓN, PARTICIPACIÓN Y EVALUACIÓN EDUCATIVA POR LA QUE SE ESTABLECE EL PROCEDIMIENTO PARA PARTICIPAR EN EL PROGRAMA CONRED ANDALUCÍA PARA LA PREVENCIÓN DEL ACOSO ESCOLAR Y EL CIBERACOSO EN ENTORNOS EDUCATIVOS DIRIGIDO A LOS CENTROS DOCENTES DE PRIMARIA Y SECUNDARIA SOSTENIDOS CON FONDOS PÚBLICOS DURANTE EL CURSO ESCOLAR 2022/2023.

Resolución de 20 de enero de 2023, de la Dirección General de Ordenación, Inclusión, Participación y Evaluación Educativa, por la que se establece el procedimiento de participación en el Programa ADA (Alumnado Ayudante Digital Andaluz) para la prevención, detección y

resolución de conflictos en entornos digitales dirigido a centros docentes de Educación Primaria y Secundaria de Andalucía sostenidos con fondos públicos durante el curso 2022/2023.

INSTRUCCIONES DE 11 DE ENERO DE 2017 DE LA DIRECCIÓN GENERAL DE PARTICIPACIÓN Y EQUIDAD EN RELACIÓN CON LAS ACTUACIONES ESPECÍFICAS A ADOPTAR POR LOS CENTROS EDUCATIVOS EN LA APLICACIÓN DEL PROTOCOLO DE ACTUACIÓN EN SUPUESTOS DE ACOSO ESCOLAR ANTE SITUACIONES DE CIBERACOSO.

Contextualización Del Centro Educativo

Localización

El colegio Sagrado Corazón de Jesús es un centro concertado situado en la localidad de Linares. Se sitúa bastante próximo al centro de la ciudad, teniendo una accesibilidad bastante buena tanto para el transporte público, como para los particulares. Se encuentra situado en una zona de un nivel socioeconómico medio.

Oferta educativa e instalaciones del centro educativo

El centro cuenta con la etapa de infantil, etapa de Primaria, la etapa de la E.S.O y la de Bachillerato. Hay un total de 732 alumnos, los cuales están repartidos en 6 aulas de Infantil, 10 aulas de Primaria, 8 de E.S.O. y 2 de Bachillerato. Se oferta, bachillerato tecnológico, bachillerato de ciencias, de ciencias sociales y por último bachillerato de humanidades. Además el bachillerato Dual Americano. En cuanto a las instalaciones el centro cuenta con espacios que contribuyen al aprendizaje y favorecen el intercambio y relación de los miembros del centro. Entre ellas encontramos:-Aulas de Infantil, Primaria, E.S.O. y Bachillerato, en las que llevan a cabo las tareas propuestas

-Pasillos de las diferentes etapas, donde exponen los proyectos que se realizan a lo largo del curso.

-Zona de psicomotricidad

- Patio exterior, donde se llevan a cabo algunas de las actividades extraescolares (baloncesto y fútbol), Educación Física y el recreo.
- Capilla, donde se realizan las escuelas de oraciones, retiros, celebraciones religiosas y eventos del propio centro.
- Cocina propia
- Comedor
- Biblioteca
- Sala de TIC
- Aula logopedia
- Aula matinal

Servicios

Ofrecen servicio de comedor, aula matinal, plataforma moodle y servicio de orientación tanto para el alumnado como para las familias. Estos amplían la experiencia formativa de los alumnos/as y fomentan la relación familia escuela facilitando la convivencia y el día a día de las familias.

Misión y objetivo

El centro es una escuela Buena Noticia que acoge a todo el mundo sin distinción. Es una comunidad de fe y de y de aprendizaje que anuncia el amor personal de Jesucristo y educa desde la pedagogía del corazón. Cada una de las partes de la misión del centro tiene un significado.

Entre los objetivos se encuentran:

Brindar al alumnado autonomía para construir y dirigir su propio aprendizaje, con el apoyo y ayuda del profesorado, potenciando el crecimiento del alumno/a desde su capacidad.

Llevar a cabo un enfoque constructivo del aprendizaje con la integración de metodologías innovadoras.

Acompañar al alumnado de una manera personalizada a través de una relación cercana.

La línea pedagógica trabaja las inteligencias múltiples, estimulación temprana, pensamiento crítico y creativo, aprendizaje cooperativo, dialógico y de servicio.

Organización y composición del DO

El departamento de orientación está formado por la orientadora y coordinadora, profesora de audición y lenguaje, logopeda y cuatro especialistas en pedagogía terapéutica.

Funciones del departamento de orientación

La misión principal del departamento de orientación, es el acompañamiento en el proceso de crecimiento de los alumnos/as, apoyando a toda la comunidad educativa con una manera de ser y estar que exprese la identidad del centro para que así todos/as tengan la oportunidad de desarrollar la vocación y transformar la realidad.

- Brinda acompañamiento a las familias mediante entrevistas y sesiones formativas.
- Formación y asesoramiento a los docentes para mejorar la labor formativa y la creación de proyectos novedosos
- Acompaña y asesora en el proceso de crecimiento del alumnado tanto académico, vocacional, como personal.
- Apoyar y asesorar a los docentes en la detección de necesidades específicas de apoyo educativo.
- Evaluación tanto de aspectos psicopedagógicos como de logopedia para una escolarización óptima.
- Asesora y realiza adaptaciones curriculares.
- Diseño e implementación de programas y estrategias para una mejora del clima escolar.

Recursos y coordinaciones del DO

El departamento de orientación cuenta con un blog, en el cual aparecen diversos recursos para profesores/as, orientación para las familias, talleres para padres y madres de la etapa de infantil, orientación vocacional para el alumnado de E.S.O. y bachillerato, materiales con los que

trabajan con los alumnos de comprensión verbal, inteligencia emocional, dislalias, articulación, lectura, escritura, entre otros. También ofrecen orientaciones de cómo estimular el lenguaje, para el alumnado de NEAE, con dificultades en el aprendizaje y apps para trabajar diferentes aspectos con el alumnado.

Este trabaja en coordinación con dirección, la jefatura de estudios tanto de infantil y primaria como de E.S.O. y bachillerato, coordinadores/as pedagógicos y todos los tutores/as y profesores/as que necesitan orientaciones para trabajar con sus alumnos/as, evaluaciones, adaptaciones, metodologías, informes, etc. También trabajan en coordinación con las familias

Análisis De La Realidad Escolar En La Que Llevan A Cabo Prácticas Utilizando Los Marcos Teóricos Estudiados.

El centro está formado por 732 alumnos y alumnas y un claustro de 57 docentes, entre equipo directivo, equipo de pastoral y equipo de orientación y profesores/as. El 80% de la plantilla de profesores/as son fijos. El alumnado de necesidades específicas de apoyo educativo diagnosticado es de un total de 44 alumnos/as, los cuales presentan las adaptaciones necesarias individualizadas para un proceso de enseñanza aprendizaje lo más óptimo posible.

Identificar posibles ámbitos de mejora de la intervención desarrollada por el Centro de prácticas realizada

Profesorado que no lleva a cabo una clase con metodologías innovadoras implicando menos al alumnado en la tarea y no fomentando la motivación. Sobre todo se nota en el último curso de la E.S.O. y en la etapa de bachillerato, no se trabaja de la misma manera, ya que están bastantes centrados en dar los contenidos para los exámenes y quizá se dejan más de lado los proyectos y metodologías más motivadoras para ellos/as.

Falta formación al profesorado en nuevas metodologías, ya que hay profesores que no las llevan a cabo en sus clases como se comenta anteriormente. También falta formación en temas que

hoy en día inundan las aulas como son el bullying y acoso cibernético, ya que hay algunos casos en la etapa de E.S.O. y en ocasiones no hay un buen manejo de la situación y falta de conocimiento y habilidades para la detección.

Falta de concienciación hacia la diversidad por parte de algunos docentes del centro, que lo reflejan en comentarios, en la falta de facilidades a la hora de hacer las tareas de clase, etc. Muestran más atención hacia el alumnado que tiene asperger, autismo, retraso en el desarrollo que a un alumno/a que presenta tdah, dislexia o altas capacidades.

En algunas ocasiones a algunos/as alumnos de NEAE le mandan en ciertas asignaturas siempre la misma tarea, ya que no puede atender a toda la clase y a la vez al alumno/a con NEAE, ya que requiere de bastante atención para trabajar.

Planificación de un Plan de intervención

Objetivos

El objetivo general de la propuesta de intervención es dotar de herramientas al alumnado de edades comprendidas entre 13 y 15 años, para prevenir las conductas de Bullying y Cyberbullying dentro del aula.

En base al objetivo general, se plantean unos objetivos específicos entre los que se encuentran:

- Sensibilizar sobre el bullying y cyberbullying y sus tipos para la identificación de casos.
- Conocer e identificar los roles dentro de una situación de bullying y las consecuencias según ese rol.
- Conocer el impacto psicológico como consecuencia del Bullying y Cyberbullying.
- Sensibilizar al alumnado de una de las consecuencias mortales del bullying y cyberbullying, el suicidio.
- Trabajar competencias emocionales para la prevención de conductas de bullying y cyberbullying.

Metodología

La presente propuesta de intervención, se acoge al DUA y a la programación multinivel, ya que este tipo de metodología favorece y permite la inclusión. Permite un acceso a la información de diferentes formas y además de un procesamiento de la información a diferentes niveles. Se va a trabajar mediante grupos cooperativos, que permiten un aprendizaje conjunto y además trabajar los contenidos a diferentes tiempos y a diferentes niveles adaptándose a las necesidades que demandan los alumnos/as. Se va a llevar a cabo una metodología activa, en la que los alumnos son los que van a guiar su propio aprendizaje y el de sus compañeros durante las sesiones y los profesores/as y orientador/a van a estar para acompañar y resolver cualquier duda que pueda surgir. Metodología que fomente la participación tanto de los alumnos, de los docentes del centro y personal especializado en bullying. Metodología que propicie un ambiente adecuado de trabajo y que permita que todos los alumnos/as se puedan expresar de manera libre, y sentir que son respetados y validados tanto por sus compañeros/as como por sus profesores/as.

Por último se van a establecer programas para acompañar y apoyar a los alumnos/as tanto a nivel individual como grupal que se encuentren en una situación de bullying o ciberbullying, y también a sus familias. Por ejemplo, trabajar actividades que fomenten las habilidades sociales, con entrevistas individuales, con la asignación de un tutor emocional, entre otros. Es decir, brindar los recursos necesarios para la prevención de este tipo de situaciones.

Para detectar las necesidades dentro del aula donde se va a realizar la intervención, se va a hacer mediante la gamificación, que además de hacer el análisis de la realidad en la que se va a trabajar, motiva al alumnado a la realización de la actividad y con una mayor implicación.

También se va a utilizar la aplicación de Padlet que permite desarrollar el pensamiento reflexivo y fomenta la participación de todo el alumnado mediante el uso de las tecnologías.

Infraestructura

La mayor parte de las sesiones se van a realizar en la biblioteca, ya que por su capacidad permite que se junte a las dos líneas de 1º de E.S.O.. Además está adaptada para el trabajo cooperativo, ya que cuenta con mesas con ruedas para poder agruparse de manera más fácil y sillas con ruedas para poder rotar en los diferentes grupos. También cuenta con un proyector y pizarra táctil para la presentación de los recursos y altavoces.

En el patio del centro también se van a realizar algunas actividades, así cambian de escenario, al aire libre, y se pueda llevar a cabo con elementos que les motive a hacer la actividad y les implique.

Los recursos humanos que se van a necesitar son la psicóloga del centro, la que ha diseñado el plan de intervención junto al departamento de orientación y quien va a dirigir las sesiones tanto prácticas como teóricas, los tutores de las clases a las que va dirigido el plan de intervención, docentes de los diferentes departamentos que imparten clase al los grupos para la observación durante sus clases y la profesora del departamento de mediación.

Materiales didácticos

Los materiales didácticos que se van a utilizar van a ser, vídeos, imágenes o fotos, software (Padlet y socrative), materiales manipulativos . Muchos de estos materiales están relacionados con metodologías activas que facilitan y enriquecen el proceso de enseñanza aprendizaje del alumnado. En el caso de la aplicación Padlet, fomenta el pensamiento reflexivo y el pensamiento crítico, es una manera de trabajar de forma cooperativa y tanto el profesorado como el alumnado recibe un feedback al instante de las respuestas dadas. También fomenta la participación de los alumnos/as, ya que la respuesta es anónima.

La aplicación de socrative permite al docente hacer una evaluación del alumnado de alguna temática y puede ver en directo las respuestas que van dando los alumnos/as, las cuales se almacenan en la aplicación. Esto permite que el docente tenga los resultados individuales y pueda hacer hincapié en las que más han fallado en general, en este caso en el plan de intervención nos permite saber qué conocimientos tienen acerca del bullying y ciberbullying y detectar dónde hay más necesidad para intervenir. Es una metodología creativa y motivadora para el alumnado que fomenta su participación y pensamiento crítico, ya que puedes diseñar todo tipo de preguntas.

Sesiones de trabajo

Para la consecución de los objetivos de la propuesta de intervención, se plantean 11 actividades que se van a llevar a cabo a lo largo de las diferentes sesiones.

Tabla 1.

Sesión 1. Evaluación inicial

Título	Sesión evaluación inicial
Objetivos	Conocer qué necesidades presentan los alumnos con respecto a la temática de bullying y ciberbullying.
Competencias	Personal y digital.
Desarrollo	La evaluación se va a llevar a cabo mediante la aplicación de socrative, una race space (Anexo I), en la que los alumnos van a responder a una serie de preguntas para ver cuanto saben sobre bullying y ciberbullying y detectar las necesidades en las que hacer hincapié en el desarrollo de las sesiones. Las respuestas son anónimas.
Recursos	Psicóloga, tutor/a de la clase a la que va dirigida la actividad.

personales	
Recursos materiales	Dispositivos electrónicos (ordenadores, móviles, tablets).
Recursos espaciales	Propia aula.
Duración	30 minutos.
Criterios de evaluación	El resultado del cuestionario.

Nota. *Elaboración propia.*

Tabla 2.

Sesión 2. Nos introducimos en el tema

Título	¿Alguna vez has querido ser invisible?
Objetivos	Recibir psicoeducación en Bullying y cyberbullying. Aprender a reconocer cuando se está dando este tipo de situaciones y las diferentes maneras en la que se puede dar.
Competencias	Social, personal, lingüística y ciudadana.
Desarrollo	La actividad consta de dos partes, una teórica y otra más práctica. En la parte teórica, se va a definir qué es el cyberbullying, el bullying, cuáles son los diferentes tipos que hay, las consecuencias que provocan estos

fenómenos, los roles que hay dentro de estas situaciones, consecuencias más graves, etc. Antes de esta explicación, se van a lanzar algunas preguntas en general: ¿Qué es el bullying?, ¿Y el ciberbullying?, ¿Sé cuál es la diferencia entre estos dos fenómenos? ¿He presenciado alguna vez este tipo de situación?, ¿Cuántas formas de bullying conozco? ¿Qué consecuencias tiene participar en una situación de bullying?. Estas, se van a ir respondiendo mediante una lluvia de ideas (brainstorming) con la aplicación de padlet (Anexo II).

Tras esto, se procederá a la explicación de las cuestiones, también haciendo referencias a las respuestas para corregir las ideas que sean erróneas y añadir información a las incompletas.

-En la segunda parte, para poner en práctica lo aprendido, se van a presentar una serie de casos de bullying que se dan en diferentes situaciones, y de diferentes maneras.

Los alumnos/as se van a poner en grupos cooperativos y mediante la técnica de Phillips 666, van a tener que debatir y detectar si es o no un caso de bullying (Anexo III), y en el caso de que lo sea decir que tipo es. La técnica mediante la cual van a realizar la actividad (Phillips 666) consiste en que el grupo grande de clase se divide en subgrupos de 6 alumnos/as para debatir un tipo de temática, en este caso el bullying, durante 6 minutos y llegar a una conclusión conjunta. Se va a adjudicar un rol de moderador, de secretario y otro de coordinador dentro de cada grupo, los cuales van rotando para que todos los integrantes puedan participar e intervenir.

**Recurso
s**

Psicóloga, tutor/a de la clase a la que va dirigida la actividad.

personales	
Recursos materiales	Ordenador, proyector, pizarra digital, folios, bolígrafos y tarjetas de casos de bullying.
Recursos espaciales	Biblioteca.
Duración	60 minutos.
Criterios de evaluación	Grado de reconocimiento de los casos de bullying y sus tipos.

Nota. *Elaboración propia.*

Tabla 3.

Sesión 3. Identificamos roles

Título	¿Qué harías en su lugar?
Objetivos	Conocer e identificar los diferentes roles que se pueden dar dentro de una situación de bullying.
Competencias	Social, lingüística y ciudadana.

Desarrollo	<p>Los alumnos/as de nuevo se van a poner por grupos cooperativos. Se va a llevar a cabo un Role Playing, en el cual los integrantes de cada grupo van a escenificar un caso de bullying o cyberbullying. En cada uno aparecen el rol de observador/a, de víctima y de agresor/a, los cuales van a ir cambiando, es decir todos los integrantes van a pasar por cada uno de los roles. En primer lugar se va a representar en pequeño grupo, para después hacerlo ante el grupo grande y los demás grupos van a tener que detectar qué rol está haciendo cada alumno/a. Para finalizar la actividad, los alumnos/as van a reflexionar cómo se han sentido, qué emociones han experimentado al meterse en los diferentes papeles. Para ello lo van a hacer mediante la aplicación de Padlet (Anexo IV), en la que se va a crear tres columnas con los diferentes roles, donde tendrán que escribir su experiencia. Al finalizar, se van a comentar en general las respuestas y se abrirá un pequeño debate para sacar conclusiones.</p>
Recursos personales	Psicóloga, tutor/a de la clase a la que va dirigida la actividad.
Recursos materiales	Tarjetas con los casos, ordenadores, tablets, móviles, y proyector.
Recursos espaciales	Patio.
Duración	75 minutos.
Criterios de evaluación	Saber diferenciar correctamente como se actúa en cada rol y mediante la

	reflexión en padlet.
--	----------------------

Nota. *Elaboración propia.*

Tabla 4.

Sesión 4. Consecuencias del bullying.

Título	Ponte mis gafas
Objetivos	Conocer cuales son las consecuencias que tienen el bullying y cyberbullying en la víctima, en el agresor/a y en los observadores/as.
Competencias	Social, lingüística, personal y digital.
Desarrollo	<p>Utilizando los conocimientos de la parte teórica de la primera actividad, los alumnos/as en grupo grande van a clasificar diferentes consecuencias emocionales, físicas, orgánicas y psicológicas en la columna correspondiente.</p> <p>Va a haber un papel continuo en grande dividido en tres columnas (3 roles) y por otro lado las consecuencias. La dinámica se va a realizar con todo el grupo, aunque entre ellos pueden ayudarse. Van a ir saliendo de uno en uno para pegar la consecuencia que ellos quieran y cuando lo hagan pueden poner en común si él o ella se ha sentido alguna vez de esa manera, si conoce a alguien que se sienta así o pueden hablar de algún personaje de una película, libro, vídeo, etc.</p> <p>En la mesa habrá unas gafas las cuales el alumno/a que se ofrezca a esa puesta en común se las pondrá como gesto de mirar más allá y ponerse en el lugar de esa persona.</p> <p>-Finalmente se comentará entre todos para hacer una pequeña reflexión y</p>

	tendrán que contestar a 3 preguntas de manera breve en Padlet (Anexo IV): Si estuvieras presenciando una situación de Bullying, ¿qué le dirías al agresor? ¿y a la víctima? ¿Y a los observadores?
Recursos personales	Psicóloga, tutor/a de la clase a la que va dirigida la actividad.
Recursos materiales	Carteles de papel continuo, consecuencias, pegamento, gafas y rotuladores.
Recursos espaciales	Biblioteca.
Duración	60 minutos.
Criterios de evaluación	Realización de actividad de reflexión Padlet.

Nota. *Elaboración propia.*

Tabla 5.

Sesión 5. Eliminación de apodos.

Título	Apodos
Objetivos	Trabajar la autoestima y el autoconocimiento. Fomentar las relaciones sociales y la cohesión de grupo.
Competencias	Social, personal y lingüística.

Desarrollo	<p>Esta parte se va a trabajar mediante un capítulo del libro de invisible, el cual habla de los apodos que utilizan para referirse a sus compañeros/as de clase. Estos en general, tienen un contenido negativo hacia la persona, ya que cogen los defectos corporales o de otra característica. Por ello en esta actividad se le va a dar una vuelta a este contenido negativo y los alumnos/as se van a centrar en las cualidades positivas que tienen sus compañeros/as.</p> <p>Los alumnos/as van a coger una cartulina tamaño folio, la cual se va a pegar en la espalda y en la parte superior van a poner su nombre. A partir de ese momento todos/as van a ir por el aula escribiendo aspectos, valores, cualidades positivas que tengan y les definan en la espalda de los compañeros/as. Todos deben de escribirle a todos.</p> <p>Cuando hayan acabado de escribir esas cualidades positivas a sus compañeros/as, van a poder mirarlas y ver cual se repite más, siendo su punto fuerte y por lo que destaca. Para finalizar, tras hacer una pequeña puesta en común, las van a colgar por el aula, para que siempre que reciban algún mensaje negativo o ellos mismo lo transmitan,vayan a mirar las cartulinas y recuerden esos aspectos positivos por los que destacan entre sus compañeros/as.</p>
Recursos personales	Psicóloga, tutor/a de la clase a la que va dirigida la actividad.
Recursos materiales	Cartulinas tamaño folio de colores, bolígrafos, rotuladores, fiso, pegamento, libro de invisible, ordenador, proyector.

Recursos espaciales	Dentro del aula.
Duración	60 minutos.
Criterios de evaluación	<p>Durante la actividad la manera de relacionarse entre ellos/as.</p> <p>Observación directa en el aula durante las clases y recreo de cómo se refieren entre ellos para ver si se han eliminado los apodos con carácter negativo.</p>

Nota. *Elaboración propia.*

Tabla 6.

Sesión 6. Habilidades sociales.

Título	Círculo de la R
Objetivos	Trabajar el respeto por los demás, respetar el turno de palabra, fomentar la tolerancia y la diferencia de opiniones.
Competencias	Social, personal y lingüística.
Desarrollo	<p>Los/as alumnas se van a colocar en círculo y entre todos van a elegir un elemento, el cual les dará el turno de palabra. Únicamente si tienen en las manos el objeto pueden hablar. Se va a plantear un tema social y actual a debatir a partir de unas preguntas tipo que les ayuden a ir planteando opiniones.</p> <p>Finalmente se va a reflexionar sobre si la dinámica de grupo ha sido buena, es decir, si se han respetado todas las opiniones, los turnos de palabra, si no se ha</p>

	faltado el respeto, si se ha utilizado un lenguaje agresivo, etc.
Recursos personales	Psicóloga, tutor/a de la clase a la que va dirigida la actividad y profesora del departamento de mediación.
Recursos materiales	Objeto elegido por el grupo.
Recursos espaciales	La propia aula.
Duración	60 minutos.
Criterios de evaluación	Observación directa durante el desarrollo de la sesión, si se cumplen los objetivos propuestos. Observación durante el desarrollo de las clases por parte de los docentes de las diferentes asignaturas si se mantiene la dinámica de respeto entre los alumnos/as.

Nota. *Elaboración propia*

Tabla 7.

Sesión 7. Competencias emocionales.

Título	Resiliencia.
---------------	--------------

Objetivos	<p>Fomentar la autonomía emocional.</p> <p>Reconocer los objetivos superados pasados.</p> <p>Identificar las propias aptitudes.</p>
Competencias	Personal.
Desarrollo	<p>En esta sesión se va a trabajar de manera individual, ya que es más personal. Se les va a pedir a los alumnos/as que saquen un folio en blanco y piensen en situaciones difíciles que hayan tenido a lo largo de su vida, en miedos que hayan tenido y hayan superado, en conflictos con familiares, amigos, en retos propuestos y superados, etc. Después de reflexionar esas situaciones, van a hacerlo sobre cómo lograron superar esas situaciones complicadas, esos conflictos, retos, etc, con qué herramientas o estrategias lo hicieron. Tras esto, van a escribir esas herramientas en el folio pero por separado, van a recortar cada una de ellas y las van a decorar con colores, dibujos, como quieran.</p> <p>Cuando lo tengan todo listo, se van a repartir unas cajas pequeñas de madera para cada uno de ellos/as, donde van a guardar esos papeles que contienen las diferentes estrategias y herramientas. De esta manera cuando tengan alguna situación difícil en su día a día podrán coger esa caja de herramientas y utilizar esas estrategias que en un momento les sirvió. Para finalizar se va a explicar la finalidad de la actividad y se va a hacer una reflexión conjunta.</p>
Recursos personales	Psicóloga, tutor/a de la clase a la que va dirigida la actividad.

Recursos materiales	Folios, rotuladores y lápices de colores, cajas de madera, ordenador, altavoces.
Recursos espaciales	La propia aula.
Duración	55 minutos.
Criterios de evaluación	Dinámica y ambiente de la clase durante la actividad y reflexión final.

Nota. *Elaboración propia.*

Tabla 8.

Sesión 8. Conducta suicida

Título	Cortometrajes.
Objetivos	<p>Sensibilizar al alumnado sobre la consecuencia mortal del bullying y cyberbullying, el suicidio.</p> <p>Concienciar de las consecuencias que tiene tanto la víctima como el agresor o agresora.</p> <p>Diseñar una entrevista con preguntas que quieran hacer a una persona que ha sufrido bullying.</p>
Competencias	Social, personal, lingüística y digital.
Desarrollo	Visionado de tres cortos. El primer corto hace referencia y muestra de primera mano cómo viven una situación de cyberbullying los acosadores/as cuando finalmente la víctima llega al acto suicida. En el segundo aparece como los

	<p>observadores pueden para al acosador/a. Por último, en el tercer corto se muestra como vive el bullying la víctima en su día a día en el colegio y en su casa finalmente llegada al consumir el suicidio.</p> <p>Tras el visionado de los cortometrajes, se van a comentar en grupo grande y reflexionar sobre la consecuencia mortal, el suicidio y según lo que han visto, los alumnos/a van a realizar unas entrevistas con su estructura en grupos cooperativos, con ayuda de un guión que se les proporciona por parte del profesorado y con la búsqueda en internet. Estas entrevistas van dirigidas a personas que han sufrido bullying, las cuales van a entrevistar en otra sesión.</p>
Recursos personales	Psicóloga, tutor/a de la clase a la que va dirigida la actividad.
Recursos materiales	<p>Cortometraje COLGADO Short Film Young Soul Studios</p> <p>#ActivaTuPoder para evitar el acoso escolar</p> <p>SOLO Cortometraje contra el bullying</p> <p>Ordenador y proyector.</p>
Recursos espaciales	Biblioteca.
Duración	75 minutos.
Criterios de evaluación	Lo expresado en la reflexión de los cortometrajes y el enfoque, las cuestiones que introducen en las entrevistas con respecto a la ideación y conducta suicida.

--	--

Nota. *Elaboración propia.*

Tabla 9.

Sesión 9. Entrevistas.

Título	Cuéntame tu historia.
Objetivos	Conocer testimonios reales de personas que han sufrido bullying.
Competencias	Social, ciudadana y lingüística.
Desarrollo	<p>Van a acudir al centro personas que han sufrido algún tipo de bullying para que los alumnos las entrevisten con las entrevistas que diseñaron en la sesión anterior. Van a realizar estas entrevistas por grupos cooperativos, es decir a cada uno se les asignará una persona.</p> <p>Para finalizar se hará una pequeña puesta en común para que tanto las personas entrevistadas como los alumnos cuenten cómo han vivido esta experiencia.</p>
Recursos personales	Psicóloga, tutor/a de la clase a la que va dirigida la actividad y personas a las que se les entrevista.
Recursos materiales	Entrevistas.
Recursos espaciales	En el patio.
Duración	60 minutos.

Criterios de evaluación	Estructura, forma y contenido de la entrevista y lo que se expresa en la reflexión final.
--------------------------------	---

Nota. *Elaboración propia*

Tabla 10.

Sesión 10. Difusión.

Título	Stop bullying
Objetivos	Recoger y reflejar todos los conocimientos y competencias adquiridas durante el proyecto y conseguir que esta problemática actual llegue al mayor número de personas posibles
Competencias	Social, lingüística y digital.
Desarrollo	Los alumnos mediante la formación de grupos cooperativos tienen que crear un Poster, una campaña de prevención, un podcast o una página web, los cuales reflejen todo los contenidos adquiridos y sensibilicen a la sociedad de la importancia de esta problemática. Tras su realización, las van a subir a las redes sociales para difundirlo y se va a exponer por todo el centro. Por ejemplo los posters se van a colgar para que puedan verlo los alumnos/as , docentes y padres, en cuanto al podcast se va a poner por megafonía, etc.
Recursos personales	Psicóloga, tutor/a de la clase a la que va dirigida la actividad, profesor de TIC.
Recursos material	Ordenadores, tablets, móviles.

es	
Recursos espaciales	Aula de informática.
Duración	2 sesiones cada una de 1 hora 20 minutos.
Criterios de evaluación	La información plasmada en el trabajo final, exposición del contenido y número de espectadores a los que llega.

Nota. *Elaboración propia.*

Tabla 11.

Sesión 11. Evaluación final.

Título	Evaluación final
Objetivos	<p>Conocer si han adquirido tanto los conocimientos teóricos como prácticos que se han impartido en las diferentes sesiones y si se han cumplido los objetivos propuestos.</p> <p>Conocer el grado de satisfacción del programa de intervención.</p>
Competencias	Personal, digital y lingüística.
Desarrollo	<p>El alumnado va a realizar el socrative (Anexo I) que hicieron en la evaluación inicial y para finalizar la sesión, van a completar una encuesta de satisfacción sobre el desarrollo del plan de intervención. De manera voluntaria, los alumnos/as pueden hacer una reflexión crítica en grupo grande de cómo han visto el desarrollo de las sesiones y que han aprendido.</p>

Recursos personales	Psicóloga, tutor/a de la clase a la que va dirigida la actividad.
Recursos materiales	Dispositivos electrónicos (ordenadores, móviles, tablets).
Recursos espaciales	Propia aula.
Duración	45 minutos.
Criterios de evaluación	Los resultados del cuestionario y de la encuesta de satisfacción.

Nota. *Elaboración propia*

Temporalización/Cronograma

El proyecto de intervención se desarrolla a lo largo del segundo trimestre en los meses de febrero, marzo y abril. A pesar de estar planificado en ese periodo de tiempo, la propuesta está abierta a cualquier tipo de modificación que pueda surgir, al igual que el desarrollo de las actividades en día y tiempo. Se va a llevar a cabo una actividad por semana en la hora de tutoría, excepto la actividad de la semana 3 del mes de Abril (stop bullying), que se harán 2 sesiones diferentes en la misma semana. Las actividades aparecen representadas por semanas en diferentes colores. Esta temporalización se presenta mediante un diagrama de Gantt.

Tabla 12.

Diagrama de Gantt

	FEBRERO				MARZO				ABRIL			
<i>Nombre de la sesión</i>	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4
<i>Evaluación inicial</i>												
<i>¿Alguna vez has querido ser invisible?</i>												
<i>¿Qué harías en su lugar?</i>												
<i>Ponte mis gafas</i>												
<i>Apodos</i>												
<i>Círculo de la "R"</i>												
<i>Resiliencia</i>												
<i>Cortometraje</i>												
<i>Cuéntame tú historia</i>												
<i>Stop bullying</i>												
<i>Evaluación final</i>												

Nota. Elaboración propia

Evaluación

Para la evaluación del plan de intervención se va a realizar una evaluación inicial, durante o media y final.

En la evaluación inicial se toman como criterios los conocimientos que tiene sobre el concepto de Bullying, Cyberbullying y sus características. Así de esta manera se detecta dónde hay que hacer hincapié para una intervención efectiva.

Estos conocimientos se van a evaluar mediante un cuestionario creado con Socrative, una carrera espacial. Este cuestionario nos muestra que conocimientos tiene el alumnado de estas dos problemáticas.

En cuanto a la evaluación intermedia, durante las diferentes sesiones, se va a llevar a cabo una observación directa por parte de la psicóloga y docentes que estén durante el desarrollo de las actividades para evaluar si las metodologías que se están empleando se adecúan al grupo y si se están cumpliendo los objetivos previstos. En el caso de que la metodología y las actividades no se adapten al grupo o no consiguen alcanzar los objetivos, se realizaría una reestructuración de estas para adaptarlas a la dinámica del grupo.

Por último para finalizar el proyecto de intervención, se va a pasar el cuestionario que se utilizó en la evaluación inicial. De esta manera permiten evaluar si se han adquirido los conocimientos teóricos como prácticos que se han impartido en las diferentes sesiones y si se han cumplido los objetivos propuestos.

Además se va a pasar una encuesta de satisfacción para una posible diseminación de dicho programa de prevención.

Atención A La Diversidad

Como se ha indicado anteriormente esta propuesta de intervención, se acoge a la metodología del DUA y programación multinivel, permitiendo la inclusión. En cuanto a las medidas generales, el alumnado de NEAE va a trabajar junto a sus compañeros/as del aula en grupos cooperativos, ya que estos permiten trabajar a ritmos y niveles de aprendizaje diferentes y adaptados a las necesidades del alumnado. Para que todos/as tengan acceso a los materiales y herramientas, se van a presentar en diferentes formatos o maneras de expresión.

En ambos cursos encontramos encontramos 2 alumnos con TDAH y dos alumnos/as con dislexia, para los que se han planteado una serie de medidas específicas para la realización de las actividades.

Para los alumnos con TDAH, se les permite durante las actividades descansos de alrededor de 5 minutos aproximadamente, sobre todo durante la actividad 1, donde hay más carga de explicación teórica y en la que se dedica al visionado de cortos. En las demás actividades contará con la ayuda de sus compañeros y tanto la orientadora, como el tutor o profesor/a que estén impartiendo la sesión estarán pendientes para atender sus necesidades y guiarle en lo que necesite. Se les proporcionará más tiempo en la realización de las actividades si es necesario.

Para los alumnos/as con dislexia, en las dos actividades de evaluación en la que tienen que realizar un cuestionario con socrative de manera individual, la orientadora leerá una por una las preguntas para facilitar su lectura y comprensión. En la actividad de clasificar las consecuencias según el rol, en vez de escribir el alumnado las características, ya vienen escritas simplemente deben de clasificarlas en su columna correspondiente, facilitando la dificultad que tienen en la escritura.

En el resto de actividades, al ser en grupo, cuentan con la ayuda de sus compañeros para la comprensión y además la orientadora y el docente que imparten la sesión, estarán atentos por si necesita algo.

Conclusiones, Limitaciones Y Prospección De Futuro

Como se ha hecho hincapié a lo largo del desarrollo de este programa de intervención, el bullying y cyberbullying son hoy en día una problemática que preocupa en gran medida en la población adolescente y además ha aumentado de manera considerable dentro de las aulas. Las consecuencias que sufren las personas implicadas en el bullying son devastadoras y marcan un antes y un después en el desarrollo global del adolescente. Debido a esto, con los objetivos que se plantean en dicho plan de intervención:

De acuerdo con el primer objetivo específico, el alumnado puede adquirir los conocimientos necesarios para detectar lo que es una situación real de bullying y qué tipos pueden darse, ya que hay una amplia variedad y algunos más difíciles de detectar de manera aparente.

Mediante el segundo y tercer objetivo aprenden a identificar si ellos/as han sido de algún modo partícipes o lo están siendo de una situación de bullying o cyberbullying y que no solo tiene consecuencias la víctima, si no que todos los que participan y fomentan este tipo de conductas tienen consecuencias negativas. Conocen al completo todos los tipos de consecuencias que conlleva

vivir el bullying, ya que hay bastantes adolescentes que no son conscientes del daño y dolor que causan en las víctimas y en ellos mismos.

Con el cuarto objetivo, se concientia al alumnado y les da un choque de realidad, de que la consecuencia del suicidio es real en este tipo de situaciones, ya que los alumnos/as lo ven como algo muy lejano y que pasa en un pequeño porcentaje de las situaciones de bullying, debido a que no son conscientes de muchas las consecuencias tan devastadoras que tiene el bullying para la persona.

Finalmente mediante el quinto objetivo se trabajan diferentes competencias emocionales que les permite relacionarse de forma responsable tanto con sus compañeros/as cómo consigo mismo. Este objetivo les dota de competencias personales para afrontar las dificultades y adversidades, a tener una imagen positiva de sí mismos y de los demás y una comprensión de las emociones de los demás desde la escucha, el respeto y la tolerancia haciendo ver que las diferencias no son motivo de burla ni agresión.

Limitaciones

El plan de intervención no se ha podido implementar por motivos de falta de tiempo y se cree conveniente su aplicación completa con el alumnado, sin interrupciones, para que haga un mayor efecto e impacto sobre este.

El profesorado debe de tener una formación en bullying y cyberbullying, ya que ellos serán los encargados de continuar la evaluación a largo plazo mediante la observación dentro del aula. Los tutores y la profesora del departamento de mediación deben de tener esta formación, debido a que llevan y guían las actividades de las diferentes sesiones junto a la orientadora.

Únicamente se cuentan con las horas de tutoría para llevar a cabo las diferentes sesiones por lo que el tiempo es bastante limitado y hay sesiones que por el tipo de metodología y dinámica se necesita dedicar más horas,

Prospección de futuro

A lo largo del desarrollo de este plan de intervención, se utilizan metodologías activas que fomentan la participación del alumnado y la motivación. La puesta en práctica de este, es muy relevante, ya que permite a los alumnos/as trabajar en primera persona y ponerse en el papel de una persona que está inmersa en este tipo de problemática, como es el bullying y ciberbullying. Además fomenta el desarrollo de habilidades sociales, la reflexión crítica y el autoconocimiento. También esta puesta en práctica conciencia al alumnado de la prevalencia de este tipo de casos que ocurren en los centros, ya que como refiere Azúa et al. (2020) a día de hoy el bullying ha aumentado de manera considerable dentro de las aulas teniendo un gran impacto en adolescentes de secundaria correlacionando de manera directa con una ideación suicida. De otro modo proporciona una serie de herramientas que permite la identificación de conductas, signos, etc, que permiten a los/as adolescentes a actuar frente a un caso de bullying o ciberbullying para ayudar a sus compañeros/as, ya que las relaciones entre iguales es un aspecto que tiene bastante importancia en su desarrollo y los amigos/as son un pilar fundamental en el progreso social, cognitivo y emocional en esta etapa y un desequilibrio en las relaciones sociales aumenta el riesgo de llevar a cabo conductas suicidas (Merino, 2022). Se quiere llegar a conseguir una participación e implicación activa por parte de todo el alumnado y del profesorado, ya que este también es un pilar fundamental en esta problemática.

Debido a que no ha sido posible poner en práctica esta propuesta de intervención, sería interesante que en un futuro se implemente y evaluar al el impacto total que tiene en el alumnado, incluso adaptarlo a una nueva propuesta. También sería importante una formación al profesorado y

a las familias en bullying, cyberbullying y en el reconocimiento de señales de alarma de la ideación suicida y conducta suicida como consecuencia mortal de estas problemáticas, ya que “los centros escolares son reguladores muy importantes de la conducta de los niños/as y adolescentes, amortiguando muchas situaciones de estrés y ansiedad en esta población” (Mancebo, 2022, p. 2). Finalmente, se podría hacer diferentes adaptaciones de la propuesta de intervención para llevarlo a cabo con alumnado de diferentes edades, tanto superiores como inferiores, como por ejemplo 5º y 6º de primaria, y comenzar a sensibilizar a este colectivo.

Referencias Bibliográficas

- Aepsis. (2022). Título artículo. Material no publicado. Recuperado el día que lo miré de 2023, de link.
- Álvarez Blas De Aroni, S. (2022). Bullying escolar y aprendizaje en los estudiantes del cuarto y quinto grado de secundaria-Institución Educativa Micaela Bastidas,2021.
- Azúa Fuentes, E., Rojas Carvallo, P., & Ruiz Poblete, S. (2020). Acoso escolar (bullying) como factor de riesgo de depresión y suicidio. *Revista chilena de pediatría*, 91(3), 432-439.
- Barreda, R. (2023, 17 abril). *El suicidio, la pandemia silenciosa - AEPSIS*. AEPSIS. <https://www.aepsis.com/el-suicidio-la-pandemia-silenciosa/>
- Carda, I. M., Renau, M. A., Valls, M. R. B., & Urdiales, D. M. (2021). Prevalencia y características del bullying y cyberbullying en la población adolescente. In *Les societats diverses. Mirades interdisciplinàries des de les ciències humanes i socials* (pp. 63-74). Servei de Comunicació i Publicacions.
- Castilla, O. M. N. (2021). Cyberbullying: El acoso escolar en el ciberespacio e implicancias psicológicas. *Hamut'ay*, 8(1), 67-74.
- De Aroni, S. Á. B. (2021). Bullying escolar y aprendizaje en los estudiantes del cuarto y quinto grado de secundaria, 2021. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 5(6), 14088-14103.
- De Luis, E. C., & Landazabal, M. G. (2019). Bullying y cyberbullying: diferencias de sexo en víctimas, agresores y observadores. *Pensamiento Psicológico*, 17(2), 57-71.
- De Turiso Sánchez, A. L. (2023, 14 febrero). Causas y consecuencias del bullying o acoso escolar. *UNICEF España*. <https://www.unicef.es/blog/educacion/acoso-escolar>.

- Galván, G., Chaverra, L. M. C., Ricardo, M. D. J. G., De la Hoz, F. J. V., Martelo, M. F. G., Aceros, L. J. B., & Oviedo, J. T. (2020). Relación entre bullying y conductas suicidas en adolescentes: una revisión sistemática. *Vertex Revista Argentina de Psiquiatría*, 31(149, ene.-feb.), 13-20.
- Goodier, C. S., Vargas, N. A. R., Guerrero, J. P. P., & Robalino, N. I. P. (2022). Un estudio observacional sobre las consecuencias que tiene el bullying en los adolescentes universitarios. *Dilemas contemporáneos: Educación, Política y Valores*.
- Jiménez Sánchez, M., Berrocal de Luna, E., & Alonso Ferres, M. (2021). Prevalencia y características del acoso y ciberacoso entre adolescentes.
- Mancebo, S. (2022). Posicionamiento sobre el aumento de autolesiones y suicidio en niños y adolescentes.
- Merino Mirones, E. (2022). El suicidio en la juventud española. Analizando la situación actual, factores de riesgo y programas de intervención.
- Monelos, E., Mendiri, P., & García-Fuentes, C. D. (2015). El bullying: revisión teórica, instrumentos y programas de intervención. *Revista de estudios e investigación en psicología y educación*, 074-078.
- Moretti, C., & Herkovits, D. (2021). De víctimas, perpetradores y espectadores: una meta-etnografía de los roles en el ciberbullying. *Cadernos de Saúde Pública*, 37.
- Ordóñez, Miriam, and Katerine Prado-Cabrera. "Bullying y cyberbullying escolar en niños y jóvenes adolescentes: un estudio de caso." *Maskana* 10.2 (2019): 32-41.
- Palacio-Chavarriaga, C., Rodríguez-Marín, L. J., & Gallego-Henao, A. M. (2019). Sentimientos y pensamientos de jóvenes frente al acoso escolar: el suicidio como una alternativa. *Revista eleuthera*, 21, 34-47.

- Pedreira-Massa, J. L. (2019). Conductas suicidas en la adolescencia: Una guía práctica para la intervención y la prevención. *Revista de psicopatología y psicología clínica*, 24(3)
- Sandoval Ato, R., Vilela Estrada, M. A., Mejia, C. R., & Caballero Alvarado, J. (2018). Riesgo suicida asociado a bullying y depresión en escolares de secundaria. *Revista chilena de pediatría*, 89(2), 208-215.
- Torres Salcedo, J. B., Limón Pincay, Y. del P., Bonozo Medina, D. C., & Amador
- Jurado, M. A. (2023). Consecuencias del Bullying en el desarrollo de la autoestima de los estudiantes. *RECIAMUC*, 7(1), 22-31

Anexos

Anexo I.

Socrative evaluación inicial y evaluación final.

The image shows a screenshot of the Socrative web application. On the left, there is a 'Space Race' timer with a green bar at the top indicating '29:40' time remaining. Below the timer is a vertical list of colored arrows representing different teams: Blue, Magenta, Lime, Peach, Violet, Teal, Indigo, Orange, Red, Silver, Green, Rose, Gold, Maroon, Yellow, Tan, Hot Pink, Sienna, Dimgray, and Crimson. On the right, an 'Invite Students' window is open, displaying the text: 'Visit gosocrative.com and enter room name RAYO9014'. Below the text is a large QR code. The room name 'RAYO9014' is also visible in the top right corner of the main interface.

1. ¿Sabes qué es el bullying?

True



2. Escribe de manera breve que crees que es bullying



3. ¿Cuántos tipos de bullying hay?

Hay 5 tipos de bullying.



4. Selecciona los que creas que son tipos de bullying que se dan dentro del aula.

Psicológico

Físico

Doméstico

ciberbullying

mobbing

Sexual

Psicológico

Estético

Social

Los tipos de bullying que existen son psicológico, verbal, físico, sexual, ciberbullying y social.



5. Población en la que más se da bullying y ciberbullying

Adolescentes

Infancia

Adultos

El Bullying a día de hoy ha aumentado considerablemente dentro de las aulas, teniendo una gran incidencia en estudiantes adolescentes de secundaria.



6. ¿Conoces los roles que se pueden ocupar dentro de una situación de bullying?

Si

Alguno

Ninguno

Encontramos al agresor/a, la víctima y los observadores/as.



7. A que rol corresponde el siguiente comportamiento: "querer mantener el poder social o elevar su estado de superioridad en su grupo de compañeros mediante el miedo"

- A Víctima
- B Espectador
- C Agresor



8. Los observadores/as pueden reaccionar parando la situaciones de abuso y salir en defensa de la víctima.

True



9. ¿Por qué crees que la víctima sufre bullying?

- A Cultura
- B Por ser el más sociable de la clase
- C Estereotipos
- D Discapacidad física o intelectual
- E El que mejor viste
- F Orientación sexual
- G Destacar en el ámbito académico



10. ¿Qué consecuencias puede tener el bullying y cyberbullying?



11. Qué rol crees que sufre las consecuencias del bullying

- A Víctima
- B Observadores/as
- C Agresor/a



12. Marca las consecuencias que deriven del bullying y del ciberbullying

- A Abandono escolar
- B Aumento de la autoestima
- C Ser extrovertido
- D Aislamiento social
- E Ansiedad y sentimientos depresivos
- F Dolor físico
- G Aumento del rendimiento escolar
- H Afecciones físicas como insomnio y falta de apetito
- I Estabilidad emocional
- J Baja autoestima



13. ¿Cuáles crees que pueden ser las consecuencias más graves del bullying y ciberbullying?

- A Irritabilidad
- B Ideación suicida
- C Sentimiento de culpabilidad
- D Conducta suicida



14. La conducta suicida ha aumentado dentro la población adolescente y se sitúa como una de las tres causas de muertes más frecuentes en esta población

True



15. El bullying no es un factor de riesgo para ideación suicida en la población adolescente

False



16. ¿Sabes que es el ciberbullying?

True



17. Escribe de manera breve que crees que es el ciberbullying



18. El ciberbullying tiene las mismas características que el bullying

False

- i** El ciberbullying se diferencia en 2 aspectos que son clave:
1. Se produce a través de internet
 2. El agresor mantiene el anonimato, siendo más difícil en estos casos detectarlo.



19. Selecciona las formas más frecuentes de ciberbullying

- A** Crear perfil falso con el nombre de la víctima para difundir contenido personal o poner comentarios que afecten a su círculo social
- B** Insultos recurrentes durante las clases por parte de los compañeros/as
- C** Amenazas a la salida del colegio
- D** Difusión de imágenes o vídeos humillantes de la persona
- E** Envío de mensajes con amenazas, insultos, burlas...
- F** Risas y ridiculización cuando la persona sale a la pizarra o da su opinión



20. La víctima de ciberbullying tiene el control sobre las personas que participan en la agresión y pueden parar la difusión y el envío de mensajes.

False

i La víctima tiene sentimiento de impotencia, ya que no tienen control sobre las personas que participan en la agresión y no pueden detener la difusión ni el envío de mensajes que reciben.



21. Hay estudios que afirman que los agresores, dan parte de responsabilidad a la víctima por recibir la agresión, ya que ellas son las que deciden ser diferentes o hacer algo que provoque esta

True



22. ¿Qué es lo que hace que se perpetre una situación de ciberbullying?

- A Las interacciones o "likes" de la información difundida.
- B No seguir con la difusión, pero no haces nada para ponerle fin.
- C En cuanto se conoce que hay una página falsa, contenido personal humillantes, imágenes o videos falsos, exclusión de las redes, etc salir en defensa de la víctima y pedir ayuda.
- D Seguir con la difusión.



23. La víctima de ciberbullying es quien más impacto psicológico recibe.

True



24. ¿Qué rol tiene como consecuencia una conducta desinhibida y antisocial a causa del anonimato.

- A Víctima.
- B Agresor/a
- C Observadores/as.



25. ¿Consideras que eres o has sido víctima, observador/a o agresor/a en una situación de bullying o ciberbullying?



26. ¿Cómo actuarías si presenciaras algunos de estos actos?

- A No contribuyo en la agresión, pero no recorro a nadie para pararlo.
- B Pido ayuda a algún docente.
- C Hablo con la víctima para hacerle ver que tiene que pedir ayuda.
- D Me enfrento a los/as agresores /as para que paren la situación.



27. ¿Cómo crees que puede pararse una situación de bullying o cyberbullying?

- A Diciéndoselo a un docente.
- B No se puede hacer nada para detener estas situaciones.
- C Buscando ayuda profesional.
- D Acudir a algún familiar de la víctima.
- E Hay otras soluciones.



28. ¿Se viven situaciones de bullying en el día a día en tu clase? Si la respuesta es SI, cuéntanos.



Anexo II.

Código QR de padlet para la lluvia de ideas de la segunda actividad.



Anexo III.

Ejemplos casos de bullying de la actividad ¿alguna vez has querido ser invisible?.

CASO 1

Estefanía es una adolescente de 15 años que tiene una discapacidad física, tiene una pierna ortopédica por una operación la cual salió mal. Debido a esto, sus compañeros se burlan de ella constantemente con insultos bastante ofensivos como coja, paticorta, rarita. En los cambios de clase, en el patio, a la salida le ponen la zancadilla y en la hora de educación física intentan quitarle la prótesis hasta hacerle llorar o hasta que el profesor les ve molestándola. Estefanía ha cogido mucho miedo a ir al instituto y todas las mañanas cuando se levanta dice que no puede ir porque le duele la cabeza, el estómago, etc, al igual que le dice al profesor de educación física para no bajar con sus demás compañeros/as.

Caso 2

Sergio es un adolescente de 13 años todo iba bien en clase con sus compañeros hasta que un día peleó con uno de ellos y publicó por internet que Sergio es homosexual, siendo esto falso. Debido a esto, no para de recibir burlas, humillaciones, insultos, bromas por las redes sociales y en clase constantemente por parte de sus compañeros del colegio.

Caso 3

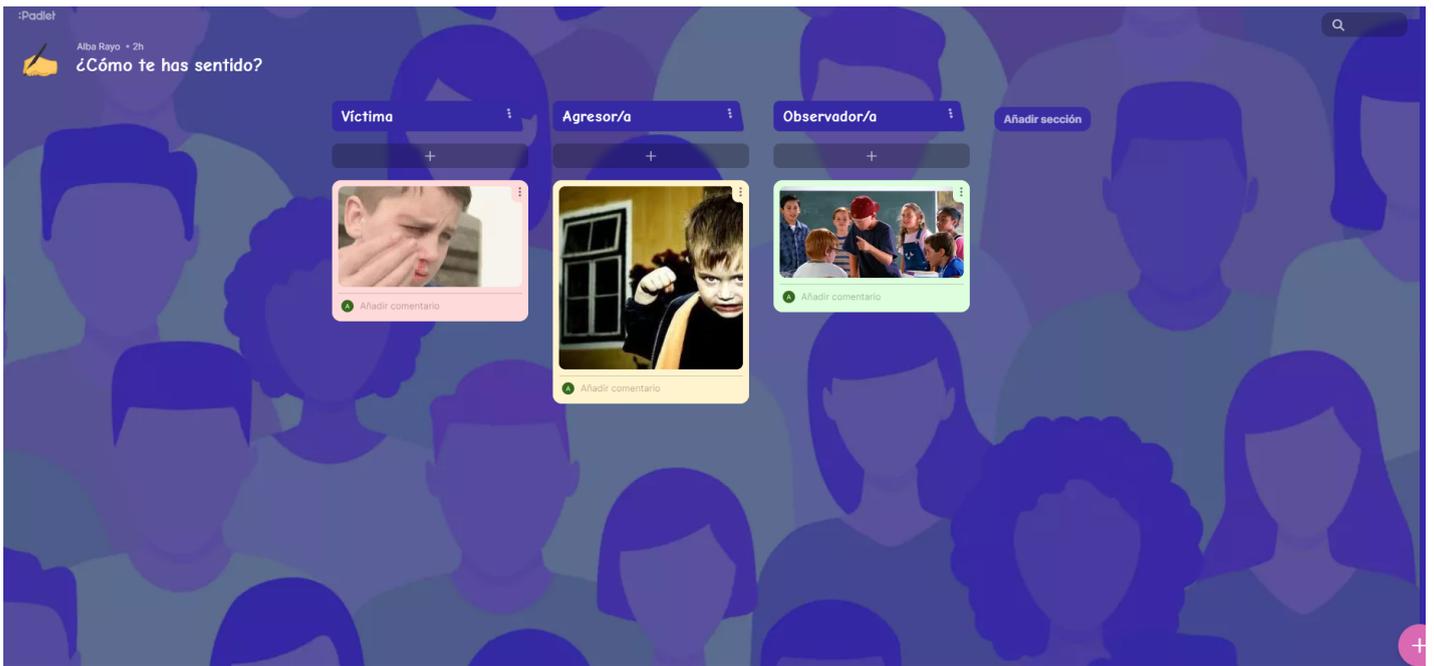
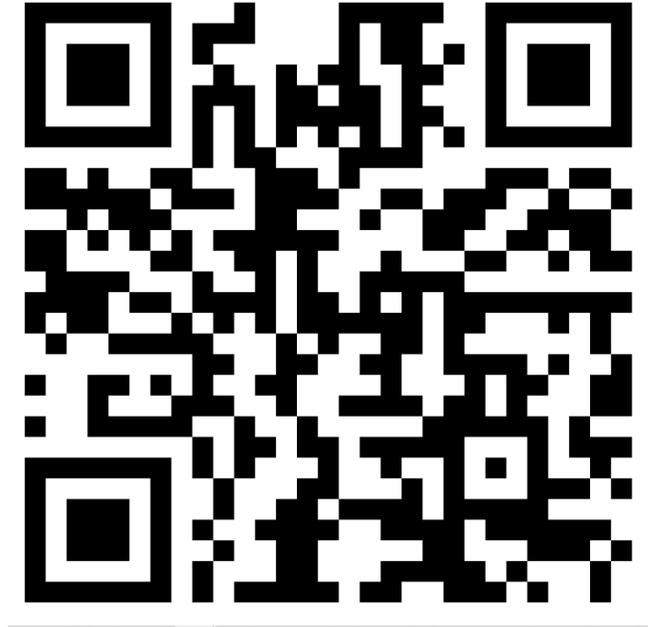
María, 14 años, sus compañeros/as de clase durante estas le tiran gomas de borrar, los tapones de lápices, tizas, todo tipo de material escolar, incluso a veces tiene heridas y moratones por lo fuerte que le lanzan las cosas. Cuando pasa por los pasillos o anda por la clase recibe collejas y empujones y muchas de las veces son bastante fuertes. María intenta decírselo en varias ocasiones a su tutora, pero no se ve capaz tiene miedo de que por delatar a sus compañeros se enfaden más con ella y sea peor.

Caso 4

Ángel 16 años, alumno con un expediente brillante, ya que siempre refiere que quiere estudiar medicina. Es constante en su trabajo y muy perfeccionista, siempre se ofrece voluntario para salir a la pizarra a hacer las tareas, a dar su opinión, aporta curiosidades sobre diferentes temas y su vocabulario es muy rico incluso podría decirse que por encima de su edad. Este año ha comenzado primero de bachillerato en otro instituto y le está costando bastante integrarse, ya que hay un grupo de compañeros/as que no soportan que sea así de listo y saque tan buenas notas. A la hora de hacer grupos en clase lo excluyen y es el profesor el que tiene que añadirlo a algún grupo de manera aleatoria, en el recreo también lo excluyen y en los cambios de hora se ponen en corro a susurrar si se acerca o se callan hasta que se separa del grupo. Cuando da su opinión o sale a la pizarra susurran, ¡ya sale el listillo! y se ríen entre ellos. Ángel está muy cansado y avergonzado por lo que ha optado por no hablar más en clase, no ofrecerse voluntario y quedarse sentado en los cambios de clase, en el recreo y esperar a salir el último a última hora.

Anexo IV.

Código QR del padlet de la actividad 3 ¿qué harías en su lugar?.



Anexo V.

Código QR padlet para la reflexión final de la actividad ponte mis gafas.

