



Universidad Nacional Autónoma de México

Facultad de Estudios Superiores Iztacala

"Propuesta de intervención en escuelas para enfrentar el bullying"

T E S I S
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA
P R E S E N T A (N)

Marco Antonio Barbosa Vargas
Jesús Gallegos Rodríguez

Director: Dr. José Trinidad Gómez Herrera
Dictaminadores: Dra. María Antonieta Covarrubias Terán
Dr. Adrián Cuevas Jiménez



Los Reyes Iztacala, Edo de México, 2014



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

ÍNDICE

Resumen.....	1
Introducción.....	2
1. La violencia.....	8
1.1 Definición de violencia.....	9
1.2 Diferencia entre violencia y agresión.....	16
1.3 Adolescencia y violencia.....	18
2. Bullying.....	26
2.1 Antecedentes e implicaciones sociales del bullying.....	26
2.2 Definición de bullying.....	29
2.3 Diferencia entre bullying, violencia y conflicto escolar.....	31
2.4 Características y roles dinámicos de los implicados.....	37
2.5 Tipos de bullying.....	42
2.5.1 El bullying físico.....	43
2.5.2 El bullying verbal.....	44
2.5.3 El bullying psicológico.....	46
2.5.4 El bullying social.....	47
2.5.5 Ciberbullying.....	48
2.6 Los profesores como participantes dentro de una situación de bullying.....	50
2.6.1 Los profesores como víctimas.....	51
2.6.2 Los profesores como agresores.....	53
2.6.3 Los profesores como observadores pasivos.....	55

3. El papel de la escuela en la prevención del bullying.....	57
3.1 Medidas que ha tomado México sobre esta problemática.....	62
3.2 Los miembros de la comunidad educativa como agentes de cambio.....	67
3.2.1 El papel de los profesores.....	68
3.2.2 Los padres frente al fenómeno del bullying.....	71
4. Propuesta de intervención ante el bullying.....	77
4.1 Taller para alumnos.....	78
4.2 Taller para padres.....	105
4.3 Taller para profesores.....	114
Conclusiones.....	119
Bibliografía.....	126
Anexos.....	131

RESUMEN

El bullying es una problemática que ha tomado relevancia durante los últimos años, no sólo en nuestro país, también en el resto del mundo, debido a que la violencia se ha ido generalizando, de tal forma que ha pasado a formar parte de nuestra vida diaria, haciendo que la escuela deje de ser un lugar seguro, pues los juegos e interacciones entre alumnos son cada vez más violentos. El bullying o acoso escolar ha tomado diferentes modalidades, haciéndolo un problema difícil de combatir, ya que estas variantes pueden encontrarse de forma conjunta y eso hace difícil su identificación. El bullying dejó de ser sólo entre alumnos, pues se ha encontrado que la participación de los profesores tiene un papel determinante dentro de esta problemática; aunado a esto los roles de víctima, agresor y observador no son fijos, con lo que en algún momento un mismo alumno puede llegar a participar con los tres roles, llevando esta situación al punto sea necesario crear estrategias para evitar que se sigan promoviendo estos comportamientos. Los programas que se han implementado no han sido lo suficientemente eficaces para erradicarlo; por esta razón es necesario proponer un programa integral en donde se trabaje con toda la comunidad escolar, con la finalidad de que tanto alumnos, como profesores y padres de familia posean las herramientas necesarias que les ayudará a mejorar el ambiente escolar, a través de la promoción de valores y habilidades sociales que los lleven a crear sus propias estrategias de convivencia.

INTRODUCCIÓN

Hoy en día la violencia está presente en cualquier lugar, la podemos ver en las calles, en los hogares, incluso en las escuelas. Esto sin duda es una cuestión alarmante porque afecta de manera directa a la sociedad, provocando su resquebrajamiento, ya que la violencia es un fenómeno que no respeta estatus económico, género ni raza.

La OMS (2002), define a la violencia como el uso intencional de la fuerza o el poder físico contra uno mismo, otra persona o un grupo o comunidad, que cause o tenga muchas probabilidades de causar lesiones, muerte, daños psicológicos, trastornos del desarrollo o privaciones.

Existen diversos tipos de violencia hacia las personas, puede clasificarse según el tipo de conducta (acción u omisión), el tipo de daño (física, psicológica o emocional, sexual y patrimonial), el tipo de víctima (mujeres, hombres, niñas y niños, adultos mayores) o el tipo de contexto donde se presenta (la familia, la escuela, el trabajo, la comunidad, etc.) (Premio UNICEF, 2011). De este último, la violencia que se ejerce dentro de la escuela, específicamente el salón de clase, recibe el nombre de bullying.

Las relaciones de ejercicio de poder también existen dentro de las escuelas: El abuso de los niños y los adolescentes sobre sus iguales, particularmente en la adolescencia temprana e intermedia, es una convivencia en la que un menor ejerce cualquier forma de maltrato, ya sea físico, psicológico y hasta sexual (Loredo, 2008).

El bullying es una forma de agresión, que siempre ha existido y no es un tema de moda, si no que hoy día se ven las consecuencias que ha traído este fenómeno, o simplemente por el acercamiento que tiene la juventud a la tecnología que lo ha hecho más evidente. Por es importante que este fenómeno se detecte y diferencie de otro tipo de violencia.

Hernández (2011) define al bullying como un proceso a través del cual un adolescente se ve expuesto repetidamente en la escuela a acciones violentas (físicas, psicológicas, sociales o verbales) que son realizadas por otro u otros alumnos con mayor fuerza o poder. Estas agresiones se inician con la intención de dominar y causar daño de diferentes formas a algún compañero que se elige como víctima, el adolescente victimizado sufre daño físico o social continuo y llega a sentirse impotente para salir de esta relación.

De acuerdo al estudio Teaching and Learning Internacional Survey TALIS (Estudio Internacional sobre Enseñanza y Aprendizaje) de los países de la OCDE, en el 2013, México ocupa el primer lugar en bullying, presenta los niveles más altos de agresividad verbal y física en los alumnos de educación secundaria. Destacan también los estados donde se presentan mayor número de agresiones dividiéndolas en tres: amenazas, riñas y burlas, donde, Baja California Sur, Nayarit y Tlaxcala, son los estados con mayor índice de amenazas; Jalisco, Estado de México y Baja California Sur, es donde hay un mayor índice de riñas; y Aguascalientes, Baja California Sur y Coahuila son los estados con mayor índice en burlas.

Este estudio también afirma que a nivel Secundaria los principales tipos de maltrato, 74% mencionó maltrato verbal, 21% maltrato psicológico, 17% maltrato físico, 9% maltrato sexual (del cual 5% es todos los días) y 9% Cyberbullying. El lugar donde sufren maltrato, 19% mencionó el salón de clases, 15% el recreo, 11% la hora de salida (camino a casa), 8% las redes sociales e internet. A quién comunican si son víctimas de un tipo de agresión, 24% dice a su madre, 19% a los amigos, 17% a nadie. (OCDE, 2013).

Otro estudio realizado por el gobierno del Distrito Federal, en coordinación con la Universidad Intercontinental (2009), midió ciertos elementos fundamentales relacionados con el bullying, encontró que el 44% de niños, niñas y jóvenes encuestados afirman haber sufrido bullying alguna vez. Además de que el patio, pasillos y baños son los lugares de mayor frecuencia para el ejercicio del bullying.

De lo anterior se puede determinar que es necesario definir este problema, identificando sus características, pues no se trata de un simple empujón o comentario, más bien de una situación que si no se detiene a tiempo puede traer como consecuencia problemas más severos a todos los implicados. Pues es una interacción social compleja, desequilibrada entre las partes, que se repite y va conducida a dañar deliberadamente y no es una simple broma.

A partir de esto se han realizado programas de intervención para combatir esta problemática, sin embargo, algo que se observa, es que los programas de intervención, están diseñados para niños de educación primaria, y no para adolescentes de nivel secundaria. A pesar de la efectividad que dicen tener estos programas, los niveles de violencia escolar siguen siendo altos en nivel secundaria, pues como lo señalamos anteriormente México es el país número uno en bullying a este nivel. Además, los programas están diseñados para mejorar la convivencia escolar únicamente, por lo cual se logra mejorar el clima de centro, pero no asegura erradicar ni abordar el maltrato que supone el bullying.

Es importante abordar el tema de la violencia debido a que el bullying tiene raíces aquí y para entender mejor este fenómeno, es esencial hacer énfasis en la definición de violencia, debido a que es la base conductual del bullying, lo cual dará pauta a tipificarla y a caracterizarla, enmarcando sus diferencias entre ésta y agresión. Lo anterior servirá para delimitar los alcances del bullying, evitando confundir este tipo de violencia con las características de otras situaciones donde predomina la violencia, pues el bullying si bien es una problemática social que está en auge, no sucede en todas partes.

Además resulta necesario abordar cuál es la relación que tiene el adolescente con la conducta violenta y esto permitirá conocer cuáles son las conductas de riesgo en la adolescencia, su importancia radica en que las situaciones de bullying se desarrollan en edad escolar y precisamente se dan como consecuencia de estas conductas de riesgo, aunado a ello debemos tomar

en cuenta que la adolescencia es una etapa de bastantes cambios no sólo físicos, si no también psicológicos y va acompañada de esa búsqueda de identidad, lo cual puede mantenerlo en una adaptación constante y el pertenecer a un grupo puede no ser fácil, lo que puede hacerlo recurrir a la agresión e intimidación con los que le rodean, a veces de manera intencional y otras con la finalidad de mostrar quién es.

Teniendo claro lo anterior, será necesario comenzar a hablar del bullying, ya que es el tema central del cual partirán los diferentes ejes de análisis, para comenzar resulta importante hacer énfasis en los antecedentes y las implicaciones sociales de éste, puesto que para dar cuenta de cualquier fenómeno es indispensable saber de dónde viene, conocer sus orígenes y dar cuenta de la información que se tiene de él, además de indagar con qué se le ha relacionado, para así tener más en claro las características sociales que existían en la época que cobró relevancia para la sociedad y cómo es que se ha ido abordando.

Una vez conociendo esto, se tendrá una definición del bullying, con la finalidad de tener identificada la problemática en la que estamos inmersos, puesto que el término se usa de manera indiscriminada en los medios de comunicación actuales y las conversaciones del día a día, clasificando como bullying a cualquier tipo de agresión, por muy trivial que sea, dejando de lado el contexto donde se origina esta situación, generalizándola y no prestando atención a sus características esenciales.

Ahora bien es importante analizar la diferencia entre bullying y conflicto escolar, ya que son dos fenómenos que se desarrollan en el salón de clases, sin embargo no son iguales, lo cual nos da pauta a saber la manera de intervenir en cada uno de ellos, sobre todo cuáles son las estrategias a las cuales se ha recurrido para lograr erradicar esta problemática, donde participan distintos personajes, que contribuyen en gran medida, pero de manera diferente a que el bullying siga extendiéndose, por lo cual resulta imprescindible resaltar las

características de los implicados, además de conocer qué papel desempeñan y como es que se ven involucrados, al punto de que participan en esta situación muchas veces sin darse cuenta, para ello es importante conocer cómo es el comportamiento de cada uno de ellos, esto nos ofrecerá las bases al momento de intervenir con cada uno, sobre todo para brindarle las herramientas y estrategias de convivencia adecuadas.

Retomando, el bullying es un tipo de violencia, éste a su vez se divide en diferentes tipos; como el físico, verbal psicológico, ciberbullying, entre otros que iremos describiendo, sobre todo para identificar sus características, ya que serán una de las bases para proponer una intervención adecuada.

En este momento surge la pregunta ¿qué está haciendo la escuela para abordar esta problemática?, es necesario para una prevención e intervención más apropiada y que nos arroje mejores resultados, conocer cuáles son las medidas que se han aplicado dentro de las aulas, dar cuenta de las estrategias a las que se han recurrido para evitar que se siga dando e intensifique, si es que las hay, con qué recursos cuentan, hacia que eje se están enfocando, si están tomando en cuenta a los alumnos, a los profesores y a los padres de familia.

Además de conocer si los programas y medidas que se han implementado, realmente resuelven el problema o sólo lo enmascaran, ya que a partir de la información recabada daremos cuenta de que ha funcionado y sobre todo qué es lo que falta por implementar.

De esta manera se identificarán las áreas donde se encuentran deficiencias o aquellas que no se han tenido en consideración y así implementar estrategias adecuadas que den solución a situaciones de bullying en el nivel secundaria, haciendo una revisión acerca de qué programas se han puesto en marcha y los resultados que arrojan, tomando en cuenta estadísticas y datos sobre el fenómeno

en nuestro país, para así tener noción de lo que hace falta implementar o que aspecto no se toma en cuenta.

Dada la importancia de lo anteriormente mencionado el objetivo del presente trabajo es proponer una estrategia de intervención integral principalmente en secundarias, que servirá para enfrentar el Bullying. El cual estará compuesto de dos fases, una informativa y en la otra donde se propondrá formar las habilidades abordadas en la primera fase; para implementarlo con grupos de alumnos del primer grado, también se trabajará con los padres de familia y los docentes de la institución. Las estrategias y habilidades que se retomarán para enfrentar situaciones conflictivas dentro del aula son el uso de habilidades sociales como el expresar sentimientos y emociones, el ofrecer y recibir opiniones, además de fomentar de valores como la tolerancia, el respeto, la empatía la equidad, trabajo cooperativo, autocontrol enfocado a la solución de conflictos y a que desarrollen su inteligencia emocional.

1. LA VIOLENCIA

La violencia es una constante en la vida de gran número de personas en todo el mundo, por lo cual afecta a todos de un modo u otro. Para muchos, permanecer a salvo consiste en cerrar puertas y ventanas, y evitar los lugares peligrosos. Otros más en cambio, no tienen escapatoria, porque la amenaza de la violencia está detrás de esas puertas, oculta a los ojos de los demás, la violencia impregna todos los aspectos de la vida.

Por ser ahora la violencia un problema social que afecta nuestra vida diaria, es importante conocer, cómo ésta ha afectado y repercutiendo principalmente en los jóvenes dentro de la escuela, la violencia que se vive dentro de las mismas es un reflejo de la sociedad y del contexto donde se desarrolla.

Actualmente la violencia dentro de las escuelas llega a niveles que resultan sorprendentes, ya que no sólo se trata de un empujón, apodos, golpes, sino que se ha visto a recientes fechas extorción entre los alumnos y hacia los profesores, el uso de la tecnología como los celulares y redes sociales como facebook, youtube y twitter; y el problema más grave, el suicidio.

El presente capítulo se enfoca principalmente en dar una definición de lo que la violencia, para esto se necesitara no sólo identificar el concepto si no la conducta, esto mediante un análisis de diferentes propuestas metodológicas. Además de plantear una diferencia entre violencia y agresividad y finalmente mostrar cuál es la relación que existe entre violencia y adolescentes.

1.1 Definición de violencia

Aunque existen diferentes formas de abordar la violencia, así como también distintas perspectivas, puesto que este problema es visto desde diferentes puntos de vista, las cuales no difieren tanto entre sí, sino más bien se complementan. La violencia está tan presente en todos nuestros ámbitos, que se la percibe a menudo como un componente necesario de la condición humana, un hecho ante el que hemos de reaccionar en lugar de prevenirlo.

La definición que da la OMS (2002), es la que mejor concentra todas las características de este fenómeno, explica que la violencia es: el uso intencional de la fuerza o del poder físico, de acción o como amenaza, ya sea contra uno mismo, contra una persona o un grupo inclusive en comunidad, que tenga muchas probabilidades de causar lesiones, muerte, daños psicológicos, trastornos de desarrollo o privaciones.

Así pues, por violencia se entiende la intervención física, psico-emocional y o sexual de un individuo o un grupo contra otro individuo o grupo; existe cuando el acto es intencional y tiene por objetivo destruir, dañar, coartar. También se puede ejercer violencia cuando una persona impide materialmente a otra llevar a cabo cierta acción, se ejerce por tanto contra la voluntad de quien la sufre.

La violencia es un fenómeno sumamente difuso y complejo cuya definición no puede tener exactitud científica, debido a que es una cuestión de apreciación. La noción de lo que son comportamientos aceptables e inaceptables o de lo que constituye un daño, está influida por la cultura y sometida a una continua revisión a medida que los valores y las normas sociales evolucionan (Premio UNICEF, 2011)..

Jiménez (2012), menciona que la violencia es uno de los aspectos de nuestra vida que más nos preocupa, si no existiera probablemente ni siquiera hablaríamos de paz. Podríamos decir que la violencia es vivida como la ruptura de un “orden

establecido”, de una armonía preexistente, de unas condiciones de vida en las que se realizan las expectativas de existencia de la especie humana. Desde esta perspectiva, la humanidad podría considerarse ante todo como “exitosa” por su capacidad de colaboración y cooperación para adaptarse y extenderse a los diversos ecosistemas del planeta, y, contrariamente, como “fracaso” por supeditar a sus actuaciones, a su voluntad, el resto de la naturaleza y las formas de vida (llegando a provocar incluso la extinción de la misma especie humana).

Sin embargo, la violencia no es innata, sino que se aprende a lo largo de nuestra vida, ya que es considerada un ejercicio de poder, refutando el determinismo biológico que trata de justificar la guerra y de legitimar cualquier tipo de discriminación basada en el sexo, la raza o la clase social. La violencia es, por consiguiente, evitable y debe ser combatida en sus causas sociales (económicas, políticas y culturales).

La American Academy of Child Adolescent Psychiatry (AACAP) en el 2014, comenta que los niños pueden demostrar comportamiento violento aún desde la edad pre-escolar. Los padres y otros adultos que presencian este comportamiento pueden preocuparse por el niño, pero por lo general, "esperan que lo supere al crecer"; en estas situaciones hay un comportamiento violento, no importa su edad; es decir, no debe justificarse diciendo que "está pasando por una fase".

Así pues el comportamiento violento en niños y adolescentes puede incluir una amplia gama de comportamiento: explosivos arrebatos de ira, agresión física, peleas, amenazas o intentos de herir a otros (inclusive pensamientos homicidas), uso de armas de fuego, crueldad hacia los animales, encender fuegos, destrucción intencional de la propiedad y el vandalismo.

Aunque la violencia se institucionaliza socialmente, sólo en la historia reciente de la humanidad se fija como un modo de mantener el poder y la supremacía de algunos grupos.

Ramos (2007), menciona que la violencia se puede clasificar en dos grandes líneas teóricas: Las teorías activas o innatistas que consideran a la agresividad como un componente orgánico o innato de la persona, elemental para su proceso de adaptación; desde esta perspectiva se considera que la agresión tiene una función positiva y que la labor de la educación consiste fundamentalmente en canalizar su expresión hacia conductas socialmente aceptables. Por el contrario, las teorías reactivas o ambientales resaltan el papel del medio ambiente y la importancia de los procesos de aprendizaje en la conducta violenta del ser humano.

Dentro de las teorías activas o innatistas encontramos como principales a la teoría genética, la teoría etológica, la teoría psicoanalítica, la teoría de la personalidad, la teoría de la frustración y la teoría de la señal-activación, a continuación se muestra una breve explicación de cada una de ellas:

Teoría genética

Esta teoría sostiene que las manifestaciones agresivas son el resultado de síndromes patológicos orgánicos (por ejemplo, la anomalía del cromosoma XYY) o de procesos bioquímicos y hormonales (por ejemplo, altos niveles de testosterona y noradrenalina) que tienen lugar en nuestro organismo. Enfatiza la importancia de la predisposición genética y los aspectos hereditarios en el desarrollo de la conducta violenta y agresiva.

Teoría etológica

Esta perspectiva surge del intento de extrapolar las causas del comportamiento animal a la conducta humana. Considera que la agresión es una reacción innata que se basa en impulsos inconscientes biológicamente adaptados y que se han ido desarrollando con la evolución de la especie. La finalidad de la agresión es la supervivencia de la persona y de la propia especie.

Teoría psicoanalítica

Sostiene que la agresividad es un componente instintivo básico, que surge como reacción ante el bloqueo de la libido; es decir, ante el bloqueo o impedimento de la consecución de aquello que provoca placer. Si la persona es capaz de liberar la tensión interior acumulada por el bloqueo de la libido, se producirá un estado de relajación; pero si no es capaz de liberarla, surgirá la agresión. Desde esta perspectiva, la agresión es por tanto, el resultado de un cúmulo de afectos negativos internos que la persona es incapaz de exteriorizar.

Teoría de la personalidad

Fundamenta el comportamiento violento en rasgos constitucionales de la personalidad, como la ausencia de autocontrol y la impulsividad o la existencia de déficits cognitivos. Desde esta perspectiva se considera que los factores de personalidad determinan o en algunos casos, aumentan la probabilidad de que la persona se implique en conductas agresivas.

Teoría de la frustración

Esta teoría propuesta por Dollard, Miller y sus colaboradores (1938), considera que todo comportamiento agresivo es la consecuencia de una frustración previa. Estos autores postulan que existe una relación causal directa entre la frustración provocada por el bloqueo de una meta y la agresión.

Por otro lado, las teorías reactivas o ambientales principales son: la teoría del aprendizaje social, la teoría de la interacción social, la teoría sociológica y la teoría ecológica; a continuación una explicación de cada una:

Teoría del aprendizaje social

Esta teoría propuesta por Bandura (1976), considera que el comportamiento agresivo es el resultado de un aprendizaje por observación e imitación. La imitación de la conducta agresiva dependerá de si el modelo observado obtiene o no recompensas positivas de su agresividad; si obtiene un beneficio se

incrementará la probabilidad de que se imite el comportamiento agresivo, pero si el modelo es castigado por su conducta, disminuirá la probabilidad de imitación.

Desde esta perspectiva cobran especial relevancia modelos tan importantes para la persona como los padres y los amigos. Volviendo al terreno de la violencia en la adolescencia, se ha constatado que los padres de adolescentes agresivos suelen fomentar y tolerar la agresividad, no castigan la conducta agresiva del hijo e incluso en ocasiones la alaban. Igualmente, en el contexto escolar, muchos adolescentes son halagados y animados por sus propios compañeros y obtienen el beneficio social del respeto y la popularidad cuando se comportan agresivamente, lo que aumenta la probabilidad de que este tipo de comportamientos se sigan utilizando.

Teoría de la interacción social

Subraya el carácter interactivo del comportamiento humano y considera que la conducta agresiva es el resultado de la interacción entre las características individuales de la persona y las circunstancias del contexto social que la rodea. De todas las perspectivas teóricas, ésta es la que concede mayor importancia a la influencia del ambiente y de los contextos sociales más cercanos a la persona en su comportamiento y además, destaca el carácter bidireccional de la interacción: el ambiente influye en la persona y ésta a su vez en el ambiente.

En la explicación de los problemas de conducta en la adolescencia, se considera fundamental el papel de los contextos familiar y escolar. Así, las deficiencias en la socialización familiar, las relaciones de baja calidad o agresivas entre padres e hijos, los problemas de rechazo social de los iguales y la afiliación con iguales desviados, son factores de suma importancia que aumentarán la probabilidad de que el adolescente se implique en comportamientos de carácter violento.

Teoría sociológica

Esta teoría interpreta la violencia como un producto de las características culturales, políticas y económicas de la sociedad. Factores como la pobreza, la marginación, la dificultad del desarrollo intelectual, la explotación o el sometimiento a sistemas altamente competitivos; están en el origen del comportamiento desviado de ciertos ciudadanos y por tanto, son la principal causa de los problemas de conducta en las personas. Desde esta corriente también se concede gran importancia a los valores predominantes en la sociedad.

En este sentido, en algunas culturas la agresión tiene un valor positivo, ya que es una forma 'normal' de comportarse y, no sólo se admite sino que se premia. Esta tolerancia viene favorecida en muchas ocasiones por un elemento clave de influencia en la ciudadanía: los medios de comunicación.

Teoría ecológica

Esta teoría fue propuesta por Bronfenbrenner (1979) y contempla a la persona inmersa en una comunidad interconectada y organizada en cuatro niveles principales. Estos cuatro niveles reflejan cuatro contextos de influencia en la conducta y son los siguientes: (1) microsistema, compuesto por los contextos más cercanos a la persona, como la familia y la escuela; incluye todas aquellas actividades, roles y relaciones interpersonales que la persona experimenta en su entorno inmediato determinado; (2) mesosistema, que se refiere a las interacciones existentes entre los contextos del microsistema, como la comunicación entre la familia y la escuela; (3) exosistema, que comprende aquellos entornos sociales en los que la persona no participa activamente pero en los que se producen hechos que sí pueden afectar a los contextos más cercanos a la persona, como el grupo de amigos de los padres y hermanos, o los medios de comunicación; y (4) macrosistema, que se refiere a la cultura y momento histórico-social determinado en el que vive la persona e incluye la ideología y valores dominantes en esa cultura.

El enfoque ecológico, por tanto, resalta que los problemas de conducta no pueden atribuirse únicamente a la persona, sino que deben considerarse como el producto de una interacción entre ésta y su entorno (en el caso de la adolescencia, el entorno familiar, escolar y social). Ello supone la necesidad de examinar la conducta problemática en el contexto donde surge. Finalmente, desde esta perspectiva se considera que la solución al problema pasa por promover cambios efectivos en el contexto social más que por tratar de modificar directamente el comportamiento del sujeto.

Hasta el momento estas teorías nos ayudan a vislumbrar de qué forma se puede explicar la violencia, sin embargo algunas de estas no tienen implicaciones directas con el comportamiento agresivo, ya que no siempre se cumplen las condiciones que se mencionan, de igual forma es difícil generalizarlas, pero si podemos dar cuenta algunos factores que influyen en ciertas conductas agresivas.

De esa forma no podemos dejar como única responsable del bullying a la escuela, sino también al contexto donde está inmersa la escuela, es decir la sociedad actual, puesto que la escuela será siempre el reflejo de lo que los jóvenes viven en sus diferentes contextos, como por ejemplo lo que pasa fuera de misma, ya sea en carne propia, o lo que ven en la televisión y leen en internet, sin duda es algo que muchas veces no se considera y se cree que la violencia tiene su origen únicamente dentro de la escuela .

La escuela es un espacio donde los jóvenes resignifican todo eso que se aprende afuera y lo llevan a la práctica dentro, es por ello que adquiere formas diferentes y nosotros lo percibimos como algo diferente que no tiene nada que ver con lo que se vive día a día. Por ello la teoría ecológica es la que nos encamina mas a encontrar una explicación al comportamiento violento de los jóvenes dentro de las escuelas, y la que nos encamina a proponer un plan de acción para el mismo.

Así pues, se puede observar que la violencia es un fenómeno estudiado por varias disciplinas, cada una presenta una manera diferente de ver la violencia, sin embargo algo en la que todas coinciden es que es un comportamiento que puede ser evitado, no como la agresividad que es una parte del comportamiento humano, y que muchas veces se llega a confundir con el comportamiento violento.

1.2 Diferencia entre violencia y agresión

Es de suma importancia hacer énfasis en esta diferencia, siendo que en varias ocasiones dentro de las escuelas, se escucha hablar a los profesores que en sus grupos hay niños agresivos y que es una conducta que se debería cambiar, ésta es causa de reportes o llamados de atención; sin embargo, hay que diferenciar entre el término violencia y agresión, que aunque las usamos de manera indistinta para referirnos a las mismas conductas, no lo es.

Como lo señalan Cobo y Tello (2011), es importante destacar que la agresividad no la inventaron las sociedades de las últimas décadas, la agresividad es un ingrediente innato en la conducta de las especies animales; es una forma de conducta que coadyuva a la supervivencia de los más fuertes, de los más sanos, de los más aptos y de esta manera contribuye a garantizar la supervivencia de un grupo. La agresividad es un comportamiento que manifiestan todos los seres vivos y entre las personas, también contribuye a la formación de la identidad y del carácter.

De igual manera los autores nos señalan puntos que deberíamos tomar en cuenta para poder distinguir entre una conducta violenta y una agresiva:

- Los actos violentos atentan contra la integridad física, psicológica, sexual o moral.
- Toda acción violenta conlleva dos intenciones: causar daño y ejercer abuso de poder.
- Las acciones violentas las pueden ejercer las personas o las instituciones.
- Los actos violentos pueden ser tangibles (por ejemplo, golpes) o intangibles (por ejemplo, comentarios intimidatorios que no se dirigen expresamente a la víctima, pero que se espera que ésta los escuche).
- También son actos violentos las acciones negligentes que se expresan como falta de atención o de oportunidades para quien las necesita.

Jiménez (2012), asegura que la agresividad ha sido confundida en muchas ocasiones con la violencia, cuando en realidad es solamente una predisposición moldeada en un sentido u otro por la cultura. Por ejemplo, la familia es una unidad básica de socialización en el amor. Pero también la violencia está presente en ella, incluso se ha llegado a afirmar que la familia es la institución más violenta de nuestra sociedad.

Por otra parte San Martín (2004), menciona que el ser humano es agresivo por naturaleza, pero pacífico o violento por cultura. La agresividad es inevitable, pero la violencia es evitable; basta con cambiar los aspectos de la cultura que la provocan.

Mientras tanto, la violencia es una conducta aprendida y una manera errónea de resolver un conflicto; lo cual nos lleva a pensar que si la violencia es un proceso de aprendizaje, entonces se puede aprender a no ser violento. De esta forma podemos relacionar este comportamiento con la teoría propuesta por Bandura en 1976, referida al aprendizaje vicario de la violencia.

La diferencia más clara de agresión humana y violencia es que la primera tiene un carácter instintivo y de supervivencia, se puede encausar con fin de conseguir un beneficio para el que la ejerza; es decir, proteger a los hijos,

defender el espacio propio, ganar una competencia, terminar un trabajo o conseguir un puesto en un trabajo, la finalidad es conseguir la satisfacción de alcanzar una meta. Y la segunda tiene un carácter destructivo; es decir, tiene una intención de agredir y perjudicar al otro.

De este modo podemos dar cuenta que violencia y agresividad no son lo mismo. Existe una actitud agresiva positiva necesaria para la supervivencia, para salir adelante. Pero cuando a esta agresión se le agrega la intención de dañar a otro o se incrementa la intensidad se convierte en violencia; se convierte en una conducta negativa que no sólo no es necesaria para la supervivencia, si no que atenta contra ella (Cobo y Tello, 2011).

Expuesto lo anterior, podemos ver que la violencia puede llegar a manifestarse de manera indistinta a edad, posición social, ubicación geográfica etc. Sin embargo ¿porqué es en la adolescencia donde se observa que este tipo de conductas tiene un mayor auge y las manifestaciones de la misma son más evidentes?

1.3 Adolescencia y violencia

La adolescencia es una etapa en la cual se dice que el individuo está en el punto donde no es, ni se siente niño y mucho menos un adulto; es un periodo de transición donde pasan demasiados cambios en su vida, tanto a nivel físico que son los más notables, como psicológicos, que son los que menos se perciben a simple vista, pero son los que definen a la persona y en la que se convertirá posteriormente. Etimológicamente la palabra adolescente procede del latín, del verbo *adolescere*, que significa madurar y también del latín *adolescens* que significa hombre joven, (Hernández, 2011).

Aparicio (2007), describe a la adolescencia como una etapa en la que el joven experimenta grandes cambios de personalidad. Se producen cambios de conducta e inestabilidad emocional; son jóvenes con mucha energía que han de aprender a

controlar sus impulsos. Es una etapa en la que están formando su identidad, por lo que sus futuros comportamientos dependerán en gran medida de cómo superen todos estos cambios.

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (1992), al periodo que sigue después de la infancia se le conoce como adolescencia. En esta etapa de la vida del ser humano, la personalidad se reconstruye, debido a la nueva sensibilidad que vamos desarrollando con base en la interacción de los factores psicológicos, biológicos, sociales y afectivos. Las edades en que generalmente inicia la adolescencia, es alrededor de los 10 y 12 años, y culmina cerca de los 20 y 21 años.

De igual manera, para la UNICEF (2011), la transición del adolescente puede ser agrupada de manera esquemática en tres fases o subetapas que duran un promedio de tres años aproximadamente, estas fases son la adolescencia temprana (de los 10 a los 13 años), la adolescencia media (desde los 14 a los 17 años), y la adolescencia tardía (de los 18 a los 21 años).

Según Sánchez (2010), la primer tarea del adolescente está encaminada a redescubrir su yo, a conocer su ser, sus potencialidades y el papel que le toca desempeñar dentro de su núcleo familiar; en la sociedad el joven debe clarificar los deberes que le son asignados, así como los derechos que posee y los que aún no le conceden, pero que se deben conquistar en un futuro no muy lejano.

Es así como el adolescente se va convirtiendo en el producto de un aprendizaje socialmente condicionado a través de todos los factores sociales de su cultura, sobre una base biológica.

Los aprendizajes configuran el proceso de socialización, el cual tiene como objetivo asegurar la conformidad del nuevo miembro de la sociedad con los patrones de la cultura local. Cuando el ambiente y la educación familiar son inadecuados, se suele crear y mantener en el adolescente un concepto erróneo de sí mismo, que más tarde se convertirá en el auto-rechazo o en tensiones internas y posturas defensivas frente a los demás.

La sociedad espera que el joven se adapte rápidamente al sistema para lo cual le ofrece roles determinados y estilos de vida, así como también que tome sus decisiones a manera de promover independencia, sin embargo este momento provoca una dualidad, pues a la vez que se le encamina hacia la toma de decisiones, se le requiere que lo haga pero sin romper los mecanismos del sistema social, familiar y educativo; por ejemplo se pide estudiar una carrera universitaria pero a su vez esta debe ser bien remunerada para que sea del agrado de los padres, de no ser así, no es considerada una “buena carrera”.

Es así que los adolescentes entran en una disyuntiva, entre lo que quieren ser y lo que deben ser, según las normas e intereses de la sociedad que le rodea, principalmente de la familia, de ahí la búsqueda de sí mismos, de su identidad, la necesidad de independencia respecto de las figuras parentales y la relación conflictiva con los mismos.

Además de la evolución del pensamiento concreto al abstracto, comienza a aparecer una actitud social reivindicativa: los adolescentes se hacen más analíticos, formulan hipótesis, corrigen falsos preceptos, consideran alternativas y llegan a conclusiones propias. La conciencia sobre sí mismo cambia constantemente, y el sentido de independencia se hace cada vez más fuerte; comienzan ese redescubrimiento de la verdad o la realidad como era presentada por los padres y comienzan a cuestionar esas reglas, que puede llegar al punto de que son considerados rebeldes, cuando es parte de la misma etapa, la resignificación de conceptos.

Ahora bien, a lo largo de la adolescencia se presentan de manera normal una gran variedad de cambios físicos, psicológicos y sociales, que le van a permitir a los adolescentes insertarse de manera positiva y productiva en la sociedad; sin embargo, algunos de ellos adoptan conductas hostiles y violentas.

Según Hernández y López (2002), algunas de las causas de estas conductas violentas son: la violencia del medio en el que se desarrollan (barrio, comunidad), la violencia familiar (psicológica, física, sexual o por negligencia que sufren desde

edades muy tempranas), y la exposición a los medios de comunicación masiva (televisión e internet).

Es aquí donde podemos observar como lo menciona Hernández (2011), que la violencia en los adolescentes, no es sino la respuesta a la violencia institucionalizada de las fuerzas del orden familiar y social; los adolescentes se rebelan contra todo modo de vida, rechazando las ventajas, así como sus males, en busca de una sociedad que ponga la agresión al servicio de los ideales de la vida de los jóvenes.

En este sentido la escuela para los alumnos se convierte en una especie de prisión, porque en su interior crece ese sentido de “querer salir de allí”, de “terminar con esto”, si es que no se les ayuda a encontrar su lugar o alguna forma de expresarse a través de distintas actividades (Hernández, 2011). Es por ello que los jóvenes buscar por si solos, alternativas donde se les permita expresar y encontrar esa identidad que están buscando, en este sentido se podría hablar desde actividades deportivas, artísticas o escolares que les traen beneficios a los jóvenes, hasta las más perjudiciales como sería el caso del pandillerismo, las drogas el alcohol, etc., la búsqueda de sentido es lo que moverá al joven en esta etapa. De aquí que la escuela deba ser un espacio donde los jóvenes encuentren una alternativa positiva para el desarrollo.

Es de esta manera como comienzan a crearse los grupos o las escalas sociales estos se van a formar mediante los intereses comunes, por ejemplo; los deportistas, los de buenas calificaciones, las bonitas, los que se meten en problemas y los que no, etc. Cada uno con características específicas donde comienzan a establecerse comportamientos que dan pauta para que surja la violencia, primeramente por establecer una jerarquía dentro del grupo, después por disolver grupos que le sean semejantes; lo cual refuerza lo planteado anteriormente, ya que se establece superioridad y dominio dentro del grupo en esa búsqueda de identidad.

Aparicio (2007), explica que hay una gran preocupación social por el aumento considerable de comportamientos violentos en los adolescentes en los últimos años y cada vez a edades más tempranas; produciendo graves problemas que resultan difíciles de afrontar en las escuelas. Haciendo que los adolescentes violentos no se ajusten a las normas y es por ello que resultan ser impulsivos, intolerantes e inconformistas y provocan disturbios, que terminan en amenazas a sus compañeros.

Algunos de estos adolescentes llegan a participar en peleas, agrediendo físicamente por medio de golpes o con armas a él mismo o a otras personas. En estos casos pasan de ser un adolescente violento para convertirse en un delincuente, sin embargo, la ley dice que actualmente ningún niño menor de 14 años puede ser recluido o ser canalizado a un tutelar para menores. Existe una ley de justicia para adolescentes que fue publicada en el Diario Oficial de la Federación el 27 de diciembre de 2012 y en sus artículos transitorios dice que va a entrar en vigor dos años después, es decir en diciembre de 2014. La ley aplica al fuero federal, está dirigida a quienes tengan entre 12 años y menores de 18 años, a través de un macro juicio denominado Sistema Federal de Justicia para Adolescentes; actualmente para estos delitos aplica el código penal federal, y dependiendo del delito bajan las penas. Es decir, aun no se pueden tomar medidas al respecto con los jóvenes que ya rebasan la línea de la agresión y comienzan a extorsionar, dañar físicamente con armas, o inclusive llegar a matar a su víctima (López, 2013).

Este aumento de la violencia es un problema social y familiar que requiere urgente atención y de la búsqueda de las causas para este problema y tratar de prevenirlas, fomentando en los adolescentes valores, creando un ambiente familiar sin violencia. Ya que como se puede apreciar, la violencia es algo totalmente prevenible si se actúa con las medidas necesarias, que los adolescentes aprendan y empleen alternativas de comportamiento y encaminarlos hacia actividades donde las cualidades, el potencial e iniciativa propias de los adolescentes, sean utilizadas de manera que obtengan beneficios a futuro; de igual manera no deja

como únicos responsables a los adolescentes, ya que padres y profesores son la autoridad en este momento, así que de ellos depende también el buen desarrollo de los jóvenes, estableciendo límites y orientándolos de la mejor manera.

Causas del comportamiento violento:

1. La falta de límites en los niños

En todas las familias debe haber normas de convivencia que hay que respetar. Los padres deben poner límites a los hijos y explicarles el por qué de una situación. La ausencia de estas normas o de estos límites es en muchas ocasiones la causa de la violencia en algunos adolescentes. Suele ser el caso de familias rotas o de padres despreocupados que no prestan la debida atención y vigilancia a sus hijos

2. Ambiente violento en casa

Aquellos adolescentes que durante la infancia han vivido en un entorno familiar violento (aunque no siempre sucede así) suelen llegar a desarrollar comportamientos violentos, ya que los niños actúan por imitación y por lo regular el ambiente condiciona la conducta. Por eso es importante que los niños víctimas o testigos de agresiones, reciban ayuda psicológica de un profesional.

3. El consumo de alcohol y drogas

Se ha demostrado que los adolescentes que consumen alcohol y sustancias tóxicas tienen conductas más violentas que los adolescentes que no consumen, debido a los efectos que causa el consumo de estas sustancias como es un aumento de la impulsividad, euforia, cambios bruscos de humor, irritabilidad, etc. Son factores que en determinadas circunstancias pueden inducir a la violencia.

4. Personalidad

Otras veces se llega a la violencia por problemas psicológicos, cuando no se ha podido conseguir un objetivo, por cobardía, frustraciones, complejos o por un sentimiento de inferioridad. Es el caso en que el adolescente quiere hacer daño conscientemente para sentirse mejor, por placer o por reafirma su identidad; en tal caso nos encontramos ante un gran problema, ya que son actos realmente peligrosos que provienen de adolescentes con un problema de desajuste de la personalidad.

Además, muchas investigaciones han llegado a la conclusión de que hay una interacción compleja o una combinación de factores que llevan a un aumento en el riesgo de un comportamiento violento en niños y adolescentes. Estos factores comparten características con las causas propuestas por Aparicio (2007), e incluyen:

- Comportamiento agresivo o violencia previa;
- Ser la víctima de un abuso físico y/o sexual;
- Exposición a la violencia en el hogar y/o la comunidad;
- Factores genéticos (hereditarios de la familia);
- Exposición a la violencia en los medios de difusión (televisión, radio, etc.);
- Uso de drogas y/o alcohol;
- Presencia de armas de fuego en la casa;
- Combinación de factores de estrés socioeconómico en la familia (pobreza, carencia de medios, privación severa);
- Separación matrimonial, divorcio, padre/madre soltero, desempleo, y falta de apoyo por parte de la familia)
- Daño cerebral debido a traumatismos craneoencefálicos

En conclusión la edad de la adolescencia es la edad más problemática de todas las etapas de la vida, pero también es muy importante pues está llena de

cambios. Lamentablemente el adolescente de hoy tiene diferentes problemas que le impiden que la adolescencia sea segura.

Retomando lo anterior podemos dar cuenta de que la adolescencia es una etapa en donde a los jóvenes les gusta que se valore su opinión, que se les haga participar en las decisiones que toman los adultos especialmente si a ellos les afecta directamente. Valoran la sinceridad y la franqueza, esta autenticidad debe ser canalizada hacia experiencias positivas que vayan orientando sus actos a la toma de decisiones que determinarán su futuro.

También les gusta que se les tenga confianza en ellos y que se les demuestre esa confianza para hacer buen uso de la libertad que tanto valoran. Por lo general, los adolescentes son muy críticos de la realidad; sienten inconformismo y quieren cambios, siempre para mejorar. Sobre todo los adolescentes buscan identidad, aunque esto puede traer como consecuencia de tantos cambios, que los jóvenes estén en constantes riesgos.

Entre los principales a los que se enfrentan son las drogas, el alcohol, el cigarrillo, las enfermedades alimenticias y la sexualidad a edad temprana y sin protección, que siempre formaron parte de la adolescencia pero nunca se destacaron tanto como hoy en día. Esto trae como consecuencia que el nivel de agresividad y violencia crezca notablemente en los últimos años, ya que los problemas de violencia reflejan el entorno social al que todos estamos expuestos.

Se debe tener en cuenta que un adolescente es como un motor en funcionamiento y constante desarrollo, es por ello que es necesario canalizarlo a tiempo hacia la toma de decisiones que forjarán su futuro, con el apoyo de la escuela, grupos sociales como; la religión, club deportivo, pero sobre todo de la familia, pues es este ámbito donde los adolescentes conviven, aprenden normas sociales, valores y creencias.

2. BULLYING

En la actualidad, el término bullying es utilizado indiscriminadamente para referirse a cualquier tipo de agresión, ya sea verbal, física, psicológica, en diferentes sitios: en el trabajo, en la calle e inclusive en casa; sin embargo, el uso indiscriminado de la misma hace ver que todo es bullying, lo que ocasiona que en el momento en que se presente una situación como tal, no se pueda identificar y se pase por alto; es por ello que es necesario tener en una definición clara, para así poder identificar un el fenómeno y actuar con las medidas adecuadas.

Así mismo, en el caso del bullying o acoso escolar, existe la falsa creencia de que las formas de relacionarse entre niñas, niños, adolescentes que tienen matices violentos, es una situación natural, se piensa que los niños y las niñas se llevan así porque es “propio de su edad”, porque es un “juego de niños”, y en frecuentes ocasiones, la violencia en contra de alguien está justificada porque “se lo buscó” o, peor aún, porque se trata de una “broma”. Esta forma de justificar y naturalizar la violencia, encuentra su razón de ser en la forma en cómo ha sido transmitida a través de generaciones y permeada a través de los agentes socializadores, reproducida por todos los sectores de la sociedad de manera consciente o inconsciente y en este caso, por las y los miembros de la comunidad educativa (Premio UNICEF, 2011).

2.1 Antecedentes e implicaciones sociales del bullying

Como condición característica de la especie, la relación entre los humanos suele desarrollarse en un ambiente de poder. Las personas que lo tienen, suelen ejercerlo para beneficio colectivo y por ende son distinguidos entre su grupo social. Sin embargo, también existe el poder ejercido con abuso, situación que suele ser frecuente, intencional y que va dirigido hacia uno o varios individuos, lo que da lugar a una convivencia desequilibrada e injusta (Loredo, 2008); esto sucede tanto en escenarios macros, como las guerras, y en micro escenarios como la familia, el trabajo y la escuela.

El acoso escolar ha sido objeto de creciente atención y alarma social en los últimos años, aunque se trata probablemente de un fenómeno que ha estado siempre presente en nuestra sociedad.

Flores (2014), describe que el fenómeno ha existido desde siempre, pero anteriormente se consideraba una conducta normal y no un problema social. El acoso escolar, también denominado bullying, es un fenómeno que se ha comenzado a estudiar durante los últimos 40 años. La razón de su reciente importancia, fue debido a los primeros casos de suicidio que comenzaron a aparecer en los medios de comunicación.

El concepto de bullying proviene de la palabra Bull que significa embestir, aunque también se ha traducido como matón a agresor. Este fenómeno fue nombrado por el psicólogo escandinavo Dan Olweus, de la Universidad de Bergen (Noruega) y primer estudioso en el tema, a partir de estudios realizados en los años 70' sobre el suicidio de algunos adolescentes, encontró que estos jóvenes habían sido víctimas de agresión física y emocional de parte de sus compañeros de escuela. Desde este primer estudio longitudinal otros más han abordado este fenómeno en diversos países, donde la importancia social del acoso escolar ha ido en aumento.

Entre los principales problemas con los que nos encontramos en la escuela, destaca la aparición de conductas violentas entre iguales, así se definía al acoso escolar, como un comportamiento prolongado basado en insultos verbales, rechazo social, intimidación psicológica y agresividad física de alumnos hacia otros, que se convierten en víctimas de sus compañeros (García, Pérez y Nebot, 2010). Sin embargo como se explicará más adelante, esta definición de bullying se ve rebasada, dada las nuevas situaciones sociales, específicamente en el país. Los datos estadísticos e investigaciones recientes, estas variantes serán descritas en el siguiente apartado.

Regresando a los antecedentes, investigaciones principalmente europeas, y algunas desarrolladas en países como Australia, Nueva Zelanda, Estados Unidos y Japón; el estudio del maltrato entre escolares ha ido tomando una dimensión internacional que lo ha sacado de su invisibilidad. Además en el informe Defensor del Pueblo (1999-2006; citado en Merino, 2008), sobre violencia escolar, se indica que en la mayoría de las escuelas estudiadas existían problemas de Bullying; después de la investigación se encontró la carencia de programas específicos para la intervención con alumnos identificados como acosadores en educación secundaria.

Otros estudios realizados en el extranjero se han desarrollado en Noruega, país pionero del uso de cuestionarios referidos al tema, en 1982 se realizó un estudio dirigido por Dan Olweus, para ello, tomó una muestra de alumnos entre 8 y 16 años, donde se concluyó que el 15% de ellos estaban implicados en problemas de agresión, tanto como agresores o como víctimas y la relación entre grados demostró que un 11.6% eran víctimas en los grados inferiores y 5.4% en los grados superiores (Olweus, 1993, citado en Ramos 2010).

Con estos cuestionarios Olweus pudo realizar una estadística aproximada de los niños que sufrían bullying, aproximadamente eran el 50%, así que comenzó a realizar un proyecto para poder dar solución a este problema que comenzaba a incrementar; este programa tenía como característica principal determinar las reglas claras contra el bullying en las escuelas, alcanzar una participación activa de parte de los profesores y los padres, aumentar la concientización del problema, avanzando en el sentido de eliminar los mitos sobre el bullying y proveer apoyo y protección a las víctimas. Con el éxito de la campaña nacional anti-bullying realizada en dicho país, diversas campañas siguieron el mismo camino, entre las cuales se puede destacar The DES Sheffield Bullying Project-U.K., Campaña contra el Bullying en las escuelas de Portugal o el Programa de Educación para la Prevención y Tolerancia de la Violencia en España, entre otros (ASAPMI, 2010).

El acoso escolar no es sólo más recurrente, sino que se agrava cada día más, pues crece con mayor violencia, al grado de conducir a las víctimas al suicidio, en el caso de los agresores se llegan a consecuencias incluso legales, mientras que en los observadores la desensibilización ante los actos violentos pueden conllevar a permitir que sigan dando más situaciones de acoso.

Con estas cifras encontradas, no podemos seguir con las acciones que hasta ahora existen, se debe hacer frente de manera estructurada y sistematizada a esta problemática, sobre todo porque es un fenómeno que sigue en aumento y resulta indispensable combatir las situaciones de bullying que se presentan en todos los niveles escolares; desde el básico, hasta el superior, ya que no basta con enfocarse en uno solo, debido a que el bullying no respeta edades, ni mucho menos niveles educativos.

A lo que debemos abocarnos primero, es a definir con precisión que es el bullying o acoso escolar, ya que a partir de ahí se tomarán las medidas correspondientes.

2.2 Definición de bullying

El bullying o acoso escolar está presente en casi cualquier lugar, no es exclusivo de algún sector de la sociedad o respecto al género. Además, es el término con el que se designa al comportamiento de los que maltratan sistemáticamente a otros seres humanos, mediante abuso de fuerza, de autoridad o de superioridad social e intelectual.

El acoso escolar es un tipo de violencia interpersonal, que consiste en el maltrato y hostigamiento intencional y sistemático de un chico hacia otro que está indefenso y se convierte en su víctima. Hablamos de bullying cuando “un/a chico/a, o un grupo, pega intimida, acosa insulta humilla, excluye, incordia, ignora, pone en ridículo, desprestigia, rechaza, abusa sexualmente, amenaza, se burla,

aísla, chantajea, tiraniza, etc. A otro/a chico/a, de forma repetida y durante un tiempo prolongado, y lo hace con intención de hacer daño poniendo además a la víctima en una marcada situación de indefensión (Monjas, 2009).

Hernández (2011) define al bullying como un proceso a través del cual un adolescente se ve expuesto repetidamente en la escuela a acciones violentas (físicas, psicológicas, sociales o verbales) que son realizadas por otro u otros alumnos con mayor fuerza o poder. Estas agresiones se inician con la intención de dominar y causar daño de diferentes formas a algún compañero que se elige como víctima y, como consecuencia de las mismas o de la amenaza de que se realicen, el adolescente victimizado sufre daño físico o social continuado y llega a sentirse impotente para salir de esta relación.

Merayo (2013), describe que el acto de acoso o intimidación se caracteriza por ser un comportamiento agresivo, repetitivo, metódico y sistemático, que se produce durante un período de tiempo prolongado. El objetivo del acoso es intimidar, tiranizar, aislar, amenazar, insultar, amedrentar, someter emocional e intelectualmente a la víctima, es decir, controlarla a través del pensamientos y /o la acción y satisfacer su necesidad de controlar, dominar, agredir, y destruir a los demás. El agresor destruye la personalidad y la autoestima de la víctima.

Las agresiones, generalmente, se manifiestan en los lugares donde hay pocas personas, en lugares poco concurridos por autoridades escolares; como el recreo, comedor, pasillos, baños, entre otros, y se suelen realizar sobre niños o niñas concretos, nunca a un grupo. Sin embargo, el agresor sí puede actuar en solitario o en grupo. Nadie debe subestimar el miedo que un niño, niña o adolescente intimidado puede llegar a sentir.

En la mayoría de los casos existe un desequilibrio de poder entre el agresor y la víctima. Este desequilibrio puede ser real o ser una percepción subjetiva por parte de la víctima.

De este modo como lo mencionan Cobo y Tello (2011) al hablar de bullying, hablamos de conductas agresivas, donde se observa intensidad e intencionalidad que hacen que pase a ser una manifestación negativa de la conducta, es decir una conducta violenta. Y, aunque la agresión entre jóvenes y niños es un comportamiento que ha existido siempre, podemos afirmar que, en comparación con épocas anteriores, hoy en día se manifiestan con mayor intensidad. Ahora involucra matices sexuales, en mayor medida y a una edad más temprana; y en general el fenómeno “ofrece más peligro debido a una creciente brutalidad social e insensibilización ante la violencia”.

Ahora bien, estas definiciones difieren respecto de las primeras que se planteaban para el bullying, pues se decía que se trataba de una situación entre iguales, además de que los roles entre los participantes eran fijos. Las investigaciones de los últimos años indican que el bullying no se ejerce entre iguales, pues existe una diferencia notable de poder y fuerza, además como lo veremos más adelante, esta situación llega a niveles donde tanto alumnos como profesores se ven inmersos en esta problemática. Para ello es importante desarrollar el primer punto: la diferencia de poder, esto lo veremos reflejado al hablar de conflicto escolar y bullying.

2.3 Diferencia entre bullying, violencia y conflicto escolar

Aunque los conceptos de bullying, violencia y conflicto escolar tienden a usarse de manera indistinta, no son equivalentes. El bullying o acoso escolar debe diferenciarse de la violencia y conflicto escolar, ya que muchas veces es confundido y por tal motivo no se le da la importancia que amerita, dejándolo pasar por alto hasta el momento en que vemos las consecuencias del mismo.

Recordando la definición presentada por Merayo (2013), en el que describe que el acto de acoso o intimidación se caracteriza por ser un comportamiento agresivo, repetitivo, metódico y sistemático, que se produce durante un período de tiempo prolongado. El objetivo del acoso es intimidar, tiranizar, aislar,

amenazar, insultar, amedrentar, someter emocional e intelectualmente a la víctima, es decir, controlarla a través del pensamientos y /o la acción y satisfacer su necesidad de controlar, dominar, agredir, y destruir a los demás.

De esta definición se desprenden tres características:

- Existe un desequilibrio (abuso) de poder.
- Hay una repetición de los incidentes a lo largo del tiempo.
- Hay intencionalidad por parte del agresor o agresores.

A estas características que definen una situación de bullying, se añade otra: es un fenómeno de grupo, no un problema individual; no se trata de conductas organizadas o espontáneas donde se busca el mal mutuo, ni actos de vandalismo que se pueden manifestar abiertamente en el entorno escolar. No es un conflicto entre dos partes con intereses contrapuestos, es un proceso de victimización (Flores, 2014).

Mientras que, el conflicto escolar se produce cuando hay un enfrentamiento de los intereses o las necesidades de una persona con los de otra, o con los del grupo, o con los de quien detenta la autoridad legítima. El conflicto presenta, además, un carácter natural, pues pertenece al hombre, nace con la vida en sociedad y reside en cada uno de nosotros.

Podríamos decir entonces que el conflicto responde a situaciones cotidianas de la vida escolar, en la que se dan enfrentamientos de intereses, discusión y necesidad de abordar el problema, la violencia es una de las maneras de enfrentarse a la situación.

Sánchez (2009), explica que en la mayoría de conceptos sobre el conflicto se pueden advertir los siguientes elementos:

- El conflicto incluye intereses opuestos entre personas, grupos o colectivos humanos en una situación de suma cero. Estos intereses opuestos deben ser reconocidos para que exista el conflicto.
- El conflicto involucra la creencia, por cada parte, de que la otra obstaculizará (o ya ha obstaculizado) sus intereses.
- El conflicto es un proceso, surge de relaciones existentes entre individuos o grupos y refleja sus interacciones anteriores y el contexto en que se dieron.
- El conflicto implica acciones de una o ambas partes, que de hecho obstaculizan los objetivos de la otra.
- En el conflicto juega un papel preponderante la cultura, la ideología y la axiología, pues estos elementos determinan la conducta de las partes, ya sean individuales, o colectivas; siendo muchas veces necesario apelar de estas variables para una solución eficaz de un problema.

Casi todos los autores que abordan la problemática de conflicto han considerado que “para llegar a la solución de un conflicto es fundamental que las partes tengan conciencia de la existencia del mismo”. Si una de las partes o las dos partes niegan la existencia del conflicto, no se puede poner en funcionamiento la estrategia de resolución, hay que hacer un trabajo previo para que la o las partes abandonen la postura de negar la situación conflictiva.

Dicho lo anterior, en la siguiente tabla se explican cuales serian las diferencias que existirían entre lo que es un conflicto escolar y el acoso escolar.

Conflicto escolar	Bullying
-Evento aislado que ocurre accidentalmente (conducta accidental)	- Evento que persiste a través del tiempo (conducta intencional).
-No necesariamente dirigido a dañar. Carente de objetivo.	-Deliberadamente encauzado a provocar daño. El objetivo es ganar control sobre la otra persona a través de la agresión física o verbal.

-Conflicto entre iguales (personas o chicos con fuerza o poder similar).	-Desequilibrio de poder.
-Se maneja siguiendo los pasos de solución de conflictos.	-Requiere estrategias específicas
-No hay un patrón de actores. -Cuando se soluciona adecuadamente, deja un aprendizaje positivo.	-Hay actores bien identificados en su rol y de manera persistente (perpetrador, víctima, observador). -Cuando no se soluciona, tiene efectos a corto (rendimiento académico, interacción social, salud) y a largo plazo (autoestima, deserción escolar, ideas suicidas, conductas delincuenciales: abuso sexual, daño y/o amenaza con armas.

Tabla 1. Diferencias entre conflicto escolar y bullying.

En lo que respecta a la violencia escolar hay una importante diferencia entre tener una experiencia ocasional de violencia escolar o participar del bullying de forma aislada, a verse involucrado, tanto como víctima o agresor, en fenómenos prolongados y crueles de acoso sistemático.

Llamamos violencia escolar a cualquier acción u omisión intencionada que, en la escuela, alrededores de la escuela o actividades extraescolares, daña o puede dañar a terceros. Estos terceros pueden ser cosas.

Si la violencia escolar es entre personas puede tomar 3 modalidades principales:

1. Del profesor contra el alumno.
2. Del alumno contra el profesor.
3. Violencia entre compañeros: la mayor parte de la violencia entre compañeros es ocasional.

El problema mayor aparece cuando la violencia escolar entre compañeros degenera en Acoso Escolar o Bullying.

Iborra y Serrano (2010), definen a la violencia escolar como cualquier tipo de violencia que se da en los centros escolares, ya sea dirigida al alumnado, al profesorado o a los objetos del centro. Dicha violencia puede ser puntual u ocasional. Dando lugar a diferentes categorías de violencia escolar, como pueden ser: maltrato físico, maltrato emocional, negligencia, abuso sexual, maltrato económico y vandalismo.

La violencia es un comportamiento aprendido que implica agresividad y generalmente lo usamos los seres humanos para resolver los conflictos cuando desconocemos las habilidades sociales necesarias para solventarlos pacíficamente

Para delimitar qué es y qué no es bullying, a continuación se exponen los tres elementos definitorios y característicos de lo que estrictamente se considera acoso, también llamados “las tres C” que son: Con intención, Constante y Contra la misma persona. Además de mencionar el desequilibrio como una variable que también determina esta problemática.

- Es una conducta agresiva **CON INTENCIÓN** del acosador

El chico o chica que maltrata a sus compañeros, deliberadamente busca hacer daño y es consciente de que lo que hace no está bien; prueba de ello es que exigen el silencio de la víctima y en el caso de que sea descubierto por los adultos, lo niega repetidamente; se exculpa, lo minimiza o culpa a la víctima por provocarle. Ocurre además, de que a la larga, disfruta con el sometimiento de la víctima y estos hechos le resultan divertidos y placenteros por lo que los repite.

➤ Es un comportamiento CONSTANTE

El bullying es resultado de una serie de agresiones que persisten durante varios días, semanas, meses y durante la jornada de estudio se repite varias veces.

➤ Va dirigido siempre CONTRA LA MISMA PERSONA

Generalmente las agresiones sino que se enfocan directamente sobre un individuo en específico o grupo en particular, y puede deberse a características tales como forma de vestir, de hablar, alguna cuestión física, que es destacada dentro de su grupo y que llama la atención de los agresores, quitando importancia a otros individuos.

➤ Desequilibrio de poder entre los participantes

Se produce un abuso de poder por parte del acosador que tiene una posición de superioridad y la intención de dominar, de ejercer control y poder sobre la otra persona; la víctima pasa a tener una posición de inferioridad y debilidad frente al acosador; por lo tanto la conducta de intimidación, implica una relación de dominio-sumisión, de fuerte-débil, llevada a sus extremos y basada en un esquema de relaciones interpersonales empapadas de abuso, violencia y prepotencia unos sobre otros.

Teniendo claro lo anterior, se puede dar cuenta de cuál es la dinámica que existe dentro de un grupo o en la misma escuela: identificadas cuales son las diferencias que existen entre acoso escolar y conflicto escolar, resultará más fácil determinar la estrategia adecuada para intervenir, sin embargo es de igual importancia conocer quiénes son los involucrados, para lograr una mejor intervención.

2.4 Características y roles dinámicos de los implicados

Cuando se habla de los participantes en fenómenos de bullying, se tiende a considerar a los protagonistas; esto es, el individuo que perpetra el maltrato y el que lo sufre, enfatizando casi exclusivamente esa relación didáctica entre acosador y víctima. Sin embargo, en el análisis profundo de este problema, se considera que estos hechos se generan dentro del intrincado mundo de relaciones interpersonales que se producen en el seno de una comunidad educativa.

Es importante conocer cuáles son las características de los implicados en el fenómeno, para así poder identificar el rol de cada uno y actuar con las medidas necesarias, sin embargo se ha encontrado que estos roles no permanecen fijos; es decir un agresor, una víctima o un observador, no lo será en todos los contextos que podemos encontrar dentro de una escuela. De este modo, no se puede generalizar y tipificar a una persona con un rol permanente, se debe tener un monitoreo constante de la dinámica del grupo para así, dar cuenta de cómo se lleva a cabo el fenómeno y actuar de manera adecuada.

Monjas (2009), nos muestra en la figura 1, un análisis que permite ver que existe toda una red en la cual se construye el bullying y no sólo sobre los tres participantes principales.



Figura 1. Protagonistas e implicados en el fenómeno del bullying (Monjas, 2009).

El acosador, propiamente dicho es quien empieza el acoso y adopta un papel activo, intencional y sistemático de intimidación y exclusión. Los siguientes se consideran rasgos característicos del chico que acosa: dificultades de control de sus impulsos, especialmente ira y el enfado, falta de empatía emocional con la víctima, sesgos perceptivos y procesamiento de la información social alterado respecto a la forma en la que percibe, evalúa y siente acerca de la víctima, problemas de desarrollo moral y falta de valores, escaso control emocional y estilo agresivo y dominante de interacción, así como falta de sentimiento de culpa (Monjas, 2009).

Flores (2014), sugiere que aunque el acosador escolar no tiene por qué padecer ninguna enfermedad mental o trastorno de la personalidad grave, presenta normalmente algún tipo de psicopatología. Fundamentalmente, presenta ausencia de empatía y algún tipo de distorsión cognitiva.

La presencia de distorsiones cognitivas tienen que ver con el hecho de que su interpretación de la realidad suele eludir la evidencia de los hechos y suele comportar una delegación de responsabilidades en otras personas. Así, normalmente responsabiliza de su acción acosadora a la víctima, que le habría molestado o desafiado previamente, con lo que no refleja ningún tipo de remordimiento respecto de su conducta (los datos indican que aproximadamente, un 70% de los acosadores responden a este perfil).

Por otra parte se identifica en los acosadores escolares la existencia probable de una educación familiar permisiva que les puede haber llevado a no interiorizar suficientemente bien el principio de realidad: los derechos de uno deben armonizarse con los de los demás. La consecuencia es la dificultad para ponerse en el lugar del otro por una carencia de altruismo vinculada a un ego que crece a costa de los demás, meros instrumentos a su servicio y que tiene un umbral de frustración muy bajo. Algunos autores denominan a este tipo de niño como niño tirano.

Además Cobo y Tello (2011), mencionan que es importante recordar el impacto que tienen los diferentes ambientes sociales y familiares en el desarrollo de la personalidad y de comportamiento social. De aquí que estos podrían ser factores que indiquen que un individuo podría ser agresor:

- Rasgos innatos de personalidad (impulsividad, arrojo, agresividad).
- El lugar que ocupa el niño en la “constelación familiar” (esto ocurre con frecuencia con los “hijos sándwich”, que crecen con la sensación de que no se les presta la atención que sí recibe el hermano más grande o el más pequeño. En consecuencia, a veces se portan mal o agreden a otros pues asumen que de esta manera, los padres les pondrán atención, aunque sea para regañarlos.
- Niños que desarrollan una autoestima devaluada por diversos factores y no necesariamente porque sean maltratados en casa.
- Cambios de domicilio frecuentes, o bien un solo cambio, cuando el niño pasó toda su infancia en una misma casa (el temor a enfrentar un entorno desconocido, la pérdida de la seguridad que implicaba conocer amigos, escuela, espacios de juego, etc., puede provocar serios cambios en la conducta)
- Enfermedades y hospitalizaciones
- La muerte de un familiar cercano

Por otro lado **la víctima** es la persona que sufre los actos de acoso, las conductas que puede presentar son: aislamiento social y pocas relaciones y amigos, estilo de relación inhibido, sumiso y tímido, emocionalidad negativa (miedo, ansiedad e inseguridad) déficit de habilidades sociales, baja autoestima y vulnerabilidad (impotencia, debilidad, nerviosismo, etc.).

De igual modo se dice que las personas que sufren bullying se caracterizan porque **raramente hacen daño a los demás**, ya que se consideran personas solidarias, algunas veces altruistas y sobre todo están en contra de la violencia y les gusta estar tranquilos.

Ya sea por miedo o simplemente porque aún no tienen la suficiente madurez como para comprender que hay que defenderse. En su cabeza se montan auténticas paranoias agobiándose con tan sólo la idea de que tienen que defenderse de sus agresores.

Merayo (2013) explica que la víctima generalmente sufre en silencio y en soledad, no habla del problema, por miedo a la venganza, por vergüenza, por no saber a dónde o a quién acudir; por ello, es importante que el centro tenga programas y planes de actuación para casos de acoso escolar y dentro de estos programas o planes, como medida primordial y obligatoria, tenga tutorías en las aulas donde se les explique a los alumnos y alumnas qué es un acoso escolar, cómo deben actuar ante una situación así, cómo denunciar, qué medidas de protección deben implementar, sobre todo los programas deben estar encaminados a fomentar comportamientos positivos, solidarios, compartir, y desarrollar el valor de la competitividad sana.

Por otra parte Monjas (2009), define que hay otros participantes dentro de una situación de bullying, los cuales son los siguientes:

- **El seguidor activo del acosador** o secuaz, no empieza el acoso pero sí tiene un papel activo y directo en el maltrato de la víctima; de hecho con el tiempo se convierte también en acosador.
- **El defensor activo de la víctima** tiene un papel activo en la ayuda de la víctima, en la recriminación del agresor y/o en comunicación de los hechos al profesorado y es un elemento muy importante porque son ellos a los primeros a los que la víctima les contará su problema y les pedirá ayuda.
- **Seguidor pasivo del acosador** justifica y apoya el acoso, pero no adopta un papel activo, aunque puede reforzar de alguna manera la conducta del agresor, por ejemplo, sonriendo o con gestos cómplices.
- **Al defensor pasivo de la víctima** le disgusta la situación y cree que debería ayudar, pero no lo hace abiertamente.

El papel que desempeña el **espectador u observador** está poco estudiado a comparación que el del agresor o víctima, pero se sabe que aún sin una activa implicación, se produce un efecto que puede insensibilizar hacia la violencia, y puede inhibir actos solidarios.

Propiamente dicho, es testigo y observa la situación de acoso, pero considera que no es asunto suyo y no hace ni dice nada para modificar la situación. Son compañeros del acosador y de la víctima que sospechan, presencian y/o conocen los actos de intimidación que se producen en el grupo, pero permanecen “neutrales” y pueden sentirse indiferentes a la situación, sin darle importancia. Están envueltos de manera indirecta como sujetos pasivos y aunque no son responsables como agentes, sí lo son como consentidores o cómplices.

El espectador antisocial apoya el acoso pero no lo muestra abiertamente; simplemente se complace en ver los actos de acoso. Y **el espectador pro-social** se muestra nervioso e incómodo pero no hace nada.

Además se considera que puede haber un grupo de compañeros no enterados de la situación de acoso.

Respecto a los adultos; como profesores y padres, pueden no conocer la situación debido a que el acoso suele ceñirse a los ámbitos más estrictos de relación entre iguales (recreo, servicios, entradas y salidas, cambios de clase, o actividades de ocio) donde no hay una presencia directa de las personas mayores. Pero también entre el profesorado a veces, se encuentra el rol de espectador que presencia y sospecha lo que está pasando y de alguna manera, lo permite y tolera, o por lo menos no reprime ni corta de raíz determinadas formas de intimidación y exclusión.

Además, menciona Monjas (2009) que se debe subrayar que un elemento a tener en cuenta es que la vulnerabilidad, inferioridad o desventaja de un niño, aumenta la probabilidad de que en un momento concreto sea acosado. En este

sentido, se deben tomar en cuenta como grupos de riesgo de sufrir acoso las minorías étnicas, raciales y culturales, los chicos discapacitados y alumnado con necesidades educativas especiales y los homosexuales.

Es importante señalar que los roles dentro del bullying no son fijos. Es decir, no necesariamente la víctima y el agresor lo serán en todo momento, lo que nos lleva a pensar que dentro de la misma dinámica los papeles van rotando, dependiendo de las condiciones de convivencia e interacción de tal manera que no hay que generalizar con el perfil de cada uno de los implicados, pero conocer cada una de sus características nos ayudará a realizar una mejor identificación e intervención dentro de cualquier salón de clases.

2.5 Tipos de bullying

Se considera fundamental identificar cuáles son las maneras más comunes en las que se manifiesta el acoso escolar, ya que muchas veces se confunde con un simple juego entre compañeros o una pelea casual en el grupo, ya que si los jóvenes pueden identificar y denunciar, disminuirá la incidencia de estas conductas en las aulas.

El bullying no se presenta de una sola forma, existen diversas maneras en las que los miembros de un grupo dentro del salón de clases pueden incurrir en este tipo de agresiones; es importante identificar cuáles son estos tipos pero sobre todo enmarcar las diferencias entre uno y otro, ya que es fácil confundirlos y si no se hace la manera adecuada se dificulta la intervención en esta problemática, ya que a partir de ello se derivan las estrategias a seguir con la finalidad de combatirlo.

Martín (2009), indica que las distintas agresiones que se producen entre niños y adolescentes, sean estas físicas, verbales o sociales, siempre tienen un fuerte impacto en el psiquismo de la víctima y en ocasiones también en los testigos; quienes muchas veces por temor, no se animan a intervenir o denunciar.

Si bien estas conductas violentas son conocidas por la mayoría de los alumnos, las califican de esporádicas, un porcentaje de entre un 3 y un 6 por ciento, manifiesta ser maltratado, intimidado, ridiculizado por algún compañero o grupo durante semanas, meses y en algunos casos por años.

Dentro de los principales encontramos que existen 5 tipos diferentes pero interrelacionados, pues es un hecho que estas modalidades de bullying no se presentan de manera única, en la mayoría de las ocasiones los jóvenes se encuentran en situaciones de bullying en las que están inmersas más de un tipo de bullying. Las formas más comunes de bullying son: Verbal, Físico, Psicológico, Social y Ciber-bullying. A continuación se hace una descripción de cada uno de ellos.

2.5.1 El bullying físico

Merayo (2013), explica que el objetivo de estas agresiones es atemorizar, acobardar, abatir al acosado mediante amenazas hacia su integridad física. Los tipos de conductas que se incluyen en este tipo de agresión son:

- Bofetadas.
- Golpes.
- Patadas.
- Pellizcos.
- Empujones.
- Extorsión.

El proceso del bullying físico puede comenzar así:

- Miradas desafiantes que suceden de manera constante contra alguien y con toda intención de provocarla.
- Agresiones de menor grado, como tirarle sus libros o empujarlo al pasar.

- Como último paso, organizar una golpiza entre varios que pueda ocasionar fracturas de cráneo, costillas rotas, pérdida de dientes, o incluso la muerte.

Flores (2014), menciona que esta forma de acoso incluye toda acción corporal, es la forma más habitual. En los últimos años, se ha mezclado con una frecuencia alarmante con diversas formas de abuso sexual. Se identifica porque suele dejar huellas corporales.

- **Directo.** Golpes, empujones, patadas, formas de encierro, escupir, entre otros.
- **Indirecto.** Daño a pertenencias, robar, romper, esconder cualquier clase de objeto, entre otros.

2.5.2 El bullying verbal

Este tipo de acoso ataca la integridad de las personas con mensajes escritos y orales. Muchos creen que debido a que la víctima no recibe golpes este problema es menor; sin embargo, como estos afectan a la persona emocionalmente tienden a ser incluso peores que los maltratos físicos, ya que puede causar daños importantes en la autoestima y socialización del niño o adolescente.

Cardona y colaboradores (2012), describen que tiene varias características que ocasionan problemas constantes y con prolongación, dificultando así el logro de objetivos. Las conductas que lo originan son las burlas, acoso, amenazas y están provocadas por una persona que influencia a un grupo para ocasionar un daño a una persona indefensa; esta acción provoca en las víctimas miedo, desconfianza en sí mismo y en los demás, así como el bajo nivel académico.

Las personas que perciben estas agresiones mantienen un nivel de ignorancia y sensibilidad e insolidaridad, ya que no buscan ni hacen nada para

evitarlo; mientras esto pasa, el agresor aumenta su violencia y disminuye la comprensión moral y la empatía.

En una investigación que realizaron estos autores identificaron las consecuencias que tiene el bullying verbal, encontraron que la mayoría de los estudiantes reconoce el término y algo muy curioso es que la mayoría de ellos se han sentido víctimas de este tipo de abuso, pero al mismo tiempo un porcentaje similar ha abusado de forma verbal contra otras personas.

La principal causa según los resultados encontrados en los estudiantes, es la poca tolerancia, aunque la intolerancia también podría ser una de las causas por las que se presenta el acoso verbal; en ambos casos, resulta preocupante porque además de las consecuencias que trae, hay que identificar los antecedentes de quienes abusan de los demás, porque según los resultados, hace falta una educación en valores y el fortalecimiento de otras áreas importantes de la parte moral de la formación.

Flores (2014), agrega que se incluyen acciones no corporales con la finalidad de discriminar, difundir chismes, realizar acciones de exclusión, bromas insultantes y repetidas. Los niños y jóvenes son mucho más sensibles que los adultos ante estas cuestiones. La opinión de los padres constituye una parte esencial entre los factores que ayudarán a formar la identidad y la personalidad. Este tipo de acoso es más utilizado por las mujeres mientras se van acercando más a la adolescencia. Aunque no necesariamente es una característica determinante, pues puede ser una estrategia de acoso que puede emplear cualquier individuo.

Este tipo de bullying puede manifestarse de dos formas:

Directo. Poner apodos, insultar, amenazar, burlarse, reírse, entre otros.

Indirecto. Generar rumores raciales o sexistas, malos comentarios, hablar mal, entre otros.

2.5.3 El bullying psicológico

El objetivo es mermar, resquebrajar, apocar emocionalmente y psicológicamente a la víctima, atacando su autoestima mediante el desprecio, trato indigno y la falta de respeto hacia su persona; aumentando de esta forma su temor, miedo y terror hacia el agresor, un grupo o el entorno donde se desarrollan estas agresiones y situaciones (Merayo, 2013). Los tipos de conductas que incluye este tipo de agresión son:

- Intimidación.
- Ridiculización y burla.
- Amenaza.
- Hostigamiento.
- Acoso a la salida de la escuela

Flores (2014), menciona que es el más difícil de detectar ya que son formas de agresión, amenaza o exclusión que se llevan a cabo a espaldas de cualquier persona que pueda advertir la situación, por lo que el agresor puede permanecer en el anonimato. Se usa frecuentemente para subrayar, reforzar o resaltar acciones llevadas a cabo con anterioridad y mantener latente la amenaza. Incrementan la fuerza del maltrato, pues el agresor exhibe un poder mayor al mostrar que es capaz de amenazar aunque esté “presente” una figura de autoridad.

Mientras que en el agredido aumenta el sentimiento de indefensión y vulnerabilidad, pues percibe este atrevimiento como una amenaza que tarde o temprano se materializará de manera más contundente. Pueden consistir en una mirada, una señal obscena, una cara desagradable, un gesto, entre otros.

2.5.4 El bullying Social

Su objetivo es bloquear socialmente al acosado o la víctima, también llamado exclusión social. Todas las conductas que ejerce el acosador buscan el aislamiento social y la marginación de la víctima. Los tipos de conductas que incluye este tipo de agresión son:

- Exclusión de un grupo-exclusión social.
- Ruptura de la comunicación e interrelación con su red social.
- Distorsión de la imagen la víctima, presentando una imagen negativa, distorsionada y cargada negativamente de ésta, frente al resto del grupo como alguien flojo, indigno, débil, indefenso, etc.
- Manipulación social, pretendiendo que la víctima realice acciones contra su voluntad.
- Coacción.

Los jóvenes que son intimidados con frecuencia, no saben cómo responder a un comportamiento agresivo, luchan contra las humillaciones y al ser excluidos, piensan que la escuela es un lugar inseguro y angustiante. Según el grado de acoso y en función de la personalidad y temperamento de la víctima, ésta puede verse afectada en sus comportamientos cotidianos. Así, por ejemplo, el acoso puede verse reflejado en conductas tales como sufrir de insomnio, pérdida de apetito, ataques de ira, mayor agresividad hacia los hermanos, simulación de enfermedad por las mañanas para evitar ir a la escuela, cambio de ruta para ir a la escuela, etc. También podemos deducirlo observando aspectos, objetos o pertenencias visibles como la ropa rota, moretones inexplicables, un carácter más introvertido o triste de lo habitual, etc (Merayo, 2013).

Por lo anteriormente visto, el acoso les puede traer consecuencias serias, como bajo rendimiento académico, depresión y trastornos del ánimo a medida que crecen. Es importante para la comunidad escolar reconocer la presencia del fenómeno de acoso escolar para poder, iniciar un trabajo conjunto y coordinado.

2.5.5 Ciberbullying

Las redes sociales no son una moda juvenil o algo pasajero, están cambiando nuestra realidad social y económica así como el mundo laboral más de lo que lo ha hecho Internet desde sus orígenes. Es un hecho cierto que los jóvenes de estos tiempos, manejan la tecnología aun mejor que los mismos adultos. Es por ello que el uso de la tecnología constituye una fortaleza y una oportunidad susceptible de aprovechar, para impartir conocimientos en forma amigable, flexible y amena, por lo cual el aprendizaje resulta útil y oportuno. Como contraparte de estas oportunidades de comunicación y aprendizaje, se han desarrollado también nuevas formas de acosa, intimidar o hacer daño a otros, y así poner en riesgo la integridad personal de aquellos que usan los medios electrónicos como herramienta de trabajo o estudio en la vida diaria (Vázquez, 2013)

El ciber-bullying definido por la ASI (Alianza por la Seguridad en Internet 2012), consiste en la utilización de medios socio-digitales, como computadoras, celulares, asistentes personales, consolas de videojuegos, etcétera, a través de servicios como el correo electrónico, la mensajería instantánea, sitios de redes sociales, mensajes cortos (SMS) de celular, publicaciones digitales de texto (Blogs) o videos, para agredir de manera no presencial a la víctima, ridiculizándola con imágenes ofensivas, además de inventar historias que violenten su integridad.

De igual manera García, Joffre, Martínez y Llanes (2011) describen que éste fenómeno implica la intimidación, el acoso o la amenaza mediante medios electrónicos, con la intención de dañar (principalmente vía internet o teléfono celular) de un alumno (ciberagresor) a otro (cibervíctima). Como en el caso del

bullying, el Ciberbullying puede originar a alumnos que desempeñen simultáneamente ambos roles.

De aquí se ha hecho una clasificación con base a los distintos medios tecnológicos que se utilizan, esto divide al Ciberbullying en siete subtipos: mensajes de texto recibidos en el teléfono móvil; fotografías o videos realizados con las cámaras de los teléfonos, y posteriormente usados para amenazar a la víctima; llamadas acosadoras al teléfono móvil; mensajes de correo electrónico insultantes o amenazantes; salas de chat o blogs en las que se arremete contra uno de los participantes o se le excluye socialmente; el acoso mediante los programas de mensajería instantánea; páginas web donde se difama a la víctima, se descarga información personal de la red o se hacen concursos en los que se ridiculiza a los demás y la suplantación de identidad para esparcir rumores de otras personas.

Las encuestas del programa CENETIC de A.S.I. en escuelas privadas del Distrito Federal en 2011, revelan que:

- El 98% de los alumnos cuentan con computadora en casa.
- El 99.8% en edad secundaria cuentan con teléfono celular.
- El 42% tiene celular con plan de acceso ilimitado a Internet.

Con estos niveles de penetración, es claro que un agresor hará uso de ellos para atacar a sus víctimas.

Cuando el agresor actúa en el patio escolar, el salón de clases, los pasillos, puede ser fácilmente identificable, pero cuando lo hace a través de una pantalla, desenmascararlo resulta más complicado. Además, el daño que se puede causar a la víctima tiende a ser mayor, más constante y agobiante, por lo que autoridades escolares y padres de familia deben estar aún más atentos a cualquiera de las circunstancias descritas en esta sección.

En el acoso dentro de la escuela, el agresor puede molestar a la víctima o lastimarlo hasta el extremo de hacerlo llorar, por ejemplo. Esta retroalimentación visual es la señal para él de que su cometido se ha logrado y puede parar la agresión. Sin embargo, en Internet o por celular, se pueden enviar comentarios hirientes sin ver el daño que se está causando, además de que esto conlleva a que el acoso se sitúe fuera de la escuela, lo cual lleva a magnificar esta situación, ya que realmente el alumno sentirá que “no ha salido de la escuela”, pues los acosos por parte de sus compañeros continuarán desde el lugar en que pueda tener acceso a algún dispositivo móvil. El resultado: un mayor nivel de crueldad, estos mensajes se pueden enviar uno tras otro, ignorando que tal vez quien los recibe está al borde de un colapso nervioso, pero no se tiene la retroalimentación que señale en qué momento detenerse.

2.6 Los profesores como participantes dentro de una situación de bullying

Hasta el momento se ha visto que el bullying es principalmente entre compañeros de clases, donde de alguna manera u otra se ven involucrados los padres de familia y profesores; sin embargo, en los últimos años se ha encontrado que los límites del acoso han llegado al punto de tener inmersos a los profesores dentro de esta situación, haciéndolos ser participantes directos, ya sea como agresores o víctimas.

El acoso escolar por parte de profesores hacia los alumnos y/o alumnas es doblemente agravado. Si bien el bullying que se practica entre compañeros supone una relación de poder dialéctica entre dominador y dominado, el problema se establece entre pares, entre dos de una misma condición. No es el mismo caso cuando sucede de esta manera, ya que la equiparación de fuerzas es imposible. El poder es todo de uno. Y el Profesor es quien decide en última instancia.

2.6.1 Los profesores como víctimas

Está el otro lado de la moneda en la que el profesor se convierte en víctima de los alumnos, esto aunque no ha adquirido la relevancia que necesita, es un problema que ha incrementado a recientes fechas, y como lo señala Veas en el 2013, toda agresión a un docente pone en tela de juicio el proceso educativo, porque la víctima, y de alguna manera el resto de los profesores también, queda plenamente desvalorizada y disminuida ante todos aquellos sobre los cuales debe ejercer autoridad, y sin autoridad y liderazgo no hay acto educativo.

La imagen del profesor ante sus alumnos tiene un peso demasiado importante y decisivo en su formación. Destruirla es destruir la imagen de todos los profesores y la posibilidad misma de educación de todos los jóvenes de esa escuela. Ningún profesor desacreditado podrá promover valores, motivar a sus alumnos, generar diálogos, asignarle importancia a los saberes que enseña, participar en la construcción de sujetos, porque él ha dejado de tener valor y respeto ante sus alumnos.

Como víctima, el profesor se ve afectado fuertemente en su autoestima, y, difícilmente podrá cumplir con la cantidad de funciones y roles que se le asignan día a día: experto en sexualidad, en drogas, en alcoholismo, en tránsito, en contenidos, en la solución de conflictos afectivos y emocionales, emprendedor, formador, orientador, mediador de aprendizajes, ejemplo y promotor de virtudes, etc.

Después de una agresión, los alumnos tendrán la sensación de que pueden atreverse a desafiar a la autoridad con mayor éxito, de que será posible y más fácil romper las reglas institucionales e imponer las propias. Las autoridades serán más vulnerables y, consecuentemente, se podrán transgredir las normas de convivencia sin que por ello se generen sanciones.

Dentro de las agresiones más comunes contra los profesores destacan las siguientes:

- Pulsar los botones: Los alumnos saben qué hacer para interrumpir en clase, romper con el orden del salón o reírse mientras el maestro imparte los objetivos, entre otros. Son formas de intimidación cuya finalidad es que el maestro no cumpla con su trabajo.
- Happy Slapping: Estos términos en inglés se refieren a bromas que realizan los alumnos a los profesores tras captarlos con las cámaras de teléfonos celulares y realizar montajes fotográficos o en video, para luego colgarlos en sitios web públicos y compartirlos con sus compañeros.
- Páginas de críticas: También en Internet está creciendo el número de sitios en los cuales se les coloca una nota a los maestros ("Califica a mi profesor"). El problema es que los alumnos que ingresan en estas páginas web no solo hacen mofa de la reputación del individuo como profesor, sino que también se critica su forma de vestir, de actuar, de hablar, etc.
- Ciberacoso: El acoso por las redes es el más común hacia los educadores dado que el alumno puede mantenerse en el anonimato y hacer muy públicas informaciones falsas o verdaderas del profesor, burlarse y, sobre todo, hacer fotomontajes del educador hasta que este se siente verdaderamente amenazado y vulnerable, sin saber cómo responder ante una vigilancia constante por parte de sus alumnos.

Para que un maestro pueda actuar de forma asertiva contra los inconvenientes violentos que pueden presentarse con sus alumnos, Misle (citado en Pérez, 2014) señala que es importante identificar si lo que vive o experimentó fue acoso o actos aislados de violencia.

Las acciones deben darse de manera constante y sistemática; pero cuando en el aula o en el colegio se responde de manera inadecuada o se hace burla del profesor y esta situación no es frecuente, entonces estamos ante un acto enmarcado dentro de la violencia o en actitudes violentas y esto puede convertirse en acoso si no se actúa a tiempo.

El bullying o la violencia hacia el maestro está vinculado tanto con la actitud de los padres en casa como con el desinterés por parte de las comunidades educativas de tomar acciones contra las agresiones (a profesores o estudiantes) a partir de un trabajo arduo y largo de prevención; pero son estas mismas figuras (educadores, representantes, colegios y alumnado) las que tienen el poder -y el deber- de combatir seriamente la intimidación.

2.6.2 Los profesores como agresores

El profesor que ejerce el acoso escolar suele ser una persona que transporta sus problemas cotidianos y sus frustraciones hacia su alumnado, que en realidad tendría que recibir de ellos instrucción y formación. Generalmente están convencidos de que deben aplicar rigurosamente su autoridad.

Son profesores que se autoconvencen de que tienen razón en su hostigamiento y de que su comportamiento es justo.

Los docentes que practican bullying sobre alumnos y/o alumnas suelen actuar motivados por el miedo. El miedo a perder el control de una clase, el miedo a ser agredidos por los jóvenes e incluso el miedo a ser dejados en ridículo por aquellos que se muestren talentosos e inteligentes. Lo más normal es que sean personas sin demasiada experiencia, formación ni preparación previa para tomar la responsabilidad de educar a las futuras generaciones.

Lo que es peor en este tipo de casos, es que la víctima puede ser literalmente cualquiera. No necesariamente tiene que ser un alumno retraído y con problemas de sociabilidad como sucede en el bullying entre pares, sino que

perfectamente puede ser alguien totalmente trabajador y estudioso, guapa, educada y dulce o como aquel que se la pasa generando revuelo o el que se mantiene indiferente. El problema está cuando el docente acosador pone el ojo sobre él o ella, motivado por ese miedo a perder el control en cualquier sentido por alguna situación que se sabe vulnerable.

Existe un problema más sobre este asunto, el acoso de profesor a alumno suele quedar impune y contar con mayor complicidad aún que el bullying entre pares. Es que, generalmente, los espectadores no suelen intervenir por temor.

El acoso de los profesores hacia los alumnos puede conllevar graves problemas para quien lo sufre, mucho más si se trata de un niño o un adolescente, pudiendo derivar en casos de ausentismo escolar, trastornos de aprendizaje, rechazo a la educación formal y hasta incluso en episodios de violencia. Nada distinto a las consecuencias de lo que ocurre en el bullying entre pares, pero con el agravante de ser practicado por alguien que se supone alcanzó su madurez como persona y que cuenta con una responsabilidad más que importante (Cabezas y Ramal, 2012).

El acoso escolar por parte de profesores hacia los alumnos es doblemente agravado. Si bien el bullying que se practica entre compañeros supone una relación de poder dialéctica entre dominador y dominado, el problema se establece entre pares, entre dos de una misma condición. No es el mismo caso cuando sucede de esta manera, ya que la equiparación de fuerzas es imposible. El poder es todo de uno. Y el docente es quien decide en última instancia.

Pero, ¿cuáles son las maneras concretas de acosar un profesor al alumno? Las hay muchas y muy variadas. Y lo que es peor, el blanco a elegir suele ser bastante amplio. Por empezar, lo más común es la agresión mediante palabra, la humillación en público frente a los compañeros, la burla, el desprecio y, por encima de todas las cosas, el trato desigual ante los demás. El comportamiento diferencial con unos y otros alumnos hace de esto algo mucho más grave de lo que parece en un sitio donde tendría que reinar la equidad.

Haciendo una mala interpretación del sistema educativo, algunos docentes abusan de su situación de poder, por una razón o por otra, de los alumnos “tomados como blanco”, que sufren desaprobaciones de exámenes sin causa visible, trato distante, mentiras, castigos, hasta llegar a casos graves de acoso como lo pueden ser el de tipo sexual (mucho más común de un profesor de sexo masculino al alumnado del género opuesto), alcanzando ribetes gravísimos como las amenazas de diferente índole. Pero en todo esto tiene mucho que ver la conformación de identidad del docente acosador (Valahiei, 2009).

2.6.3 Los profesores como observadores pasivos

A recientes fechas y a partir de los eventos ocurridos en el país, con los hechos publicados en diversos medios sobre casos de bullying, se han puesto los ojos sobre las acciones que los profesores toman para evitar o actuar sobre esta problemática, y se encuentra que se habla de una pasividad por parte de los mismos ante este tipo de casos; se dice que los profesores dejan pasar por alto las situaciones, y son clasificados como observadores pasivos, es decir no toman acción sobre lo ocurrido, y no toman partido, esto es, no están de acuerdo con lo ocurrido, pero tampoco hacen algo al respecto.

Algunos profesores no lo hacen, porque al hacerlo podrían estar manchando la imagen de la institución donde labora y poner en riesgo su trabajo; de igual manera como lo menciona Del valle (2014) las autoridades han prohibido a los maestros imponer disciplina y mantener el orden en los salones de clases, hoy en día los docentes no pueden suspender, sacar del salón, dejar sin recreo, dejar tarea extra, regañar, hablar fuerte y mucho menos expulsar a un alumno a pesar de su mala conducta. Lo que permite observar que el profesor dentro del salón de clases se ve muy limitado en lo que se refiere a herramientas de control conductual, y se le ve como una figura de aprendizaje de conocimientos sobre la materia exclusivamente, de aquí que el profesor pueda caer en el hecho de ser mero observador, para hacer respetar las reglas que están sobre él.

Como se ha observado el bullying es un fenómeno que se manifiesta en toda la comunidad escolar, que no es exclusivo de los alumnos y que no es parte de la naturaleza de la escuela o el comportamiento del adolescente. Este fenómeno invade y afecta a todos, es por ello que las medidas que se deben implementar deben ser integrales donde padres, maestros, alumnos, y autoridades se involucren y trabajen de manera conjunta y no separada, para obtener mejores resultados.

3. EL PAPEL DE LA ESCUELA EN LA PREVENCIÓN DEL BULLYING

Las situaciones de acoso se han presentado de manera más constante dentro de las aulas, de tal forma que nos hace pensar que la violencia es la característica que impera en el salón de clases hoy en día. Es en las últimas décadas cuando comienza a ocupar los espacios de la comunicación y el debate público.

Las escuelas hacen grandes esfuerzos para generar climas de trabajo que permitan a los y las estudiantes aprender en las mejores condiciones; pero el contexto escolar igualmente es escenario de una importante diversidad de conflictos y de situaciones de violencia que se producen entre el mismo alumnado, que pueden derivar en problemas graves de convivencia. La experiencia demuestra que trabajar en una escuela en pos del diálogo, la inclusión, la resolución de conflictos, la deslegitimación de la agresión en cualquiera de sus formas, la elaboración de códigos de convivencia con la participación de los alumnos y alumnas y el involucramiento de las familias, disminuye notablemente la violencia intra-escolar y los conflictos entre pares.

Por tales motivos, se considera que los enfoques preventivos en la escuela, es decir, tomar los conflictos como parte del trabajo en forma integral y la convivencia como contenido transversal, constituyen una vía privilegiada para transformar estas situaciones, garantizar una convivencia escolar armónica y un ambiente confortable para aprender y enseñar.

La comunidad educativa que tiene en cuenta todos sus integrantes y los comprende, asume el trabajo cotidiano con los problemas que se le presentan, lo cual implica verlos, escucharlos, reconocerlos y darles lugar, abrirles las puertas. Negarlos, ocultarlos o ignorarlos no soluciona la violencia, sino todo lo contrario: la potencian, la naturalizan y la legitiman (Basta de bullying, 2011).

A recientes fechas han aumentado considerablemente en los centros educativos los casos produciendo una gran preocupación social y científica en torno a los efectos perjudiciales que esta problemática acarrea para el desarrollo integral de los alumnos. A consecuencia de esto, han comenzado a desarrollarse programas orientados a reducir la violencia escolar; sin embargo, muchos de ellos son de carácter de intervención, dejando a un lado la parte preventiva. Por ello, surge la necesidad de diseñar acciones preventivas que permitan frenar la aparición de nuevos casos.

Valadez (2014) describe que México ocupa el primer lugar internacional de casos de bullying en educación básica ya que afecta a 18 millones 781 mil 875 alumnos de primaria y secundaria tanto escuelas públicas como privadas, de acuerdo con un estudio de la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE).

El análisis efectuado por la OCDE entre los países miembros reporta que 40.24 por ciento de los estudiantes declaró haber sido víctima de acoso; 25.35 por ciento haber recibido insultos y amenazas; 17 por ciento ha sido golpeado y 44.47 por ciento dijo haber atravesado por algún episodio de violencia verbal, psicológica, física y ahora a través de las redes sociales. El número de menores afectados aumentó en los últimos dos años, 10 por ciento al grado de que siete de cada diez han sido víctimas de violencia.

Investigaciones del Instituto Politécnico Nacional y de la Universidad Nacional Autónoma de México, detallan que de los 26 millones 12 mil 816 estudiantes de los niveles preescolar, primaria y secundaria, alrededor de 60 y 70 por ciento ha sufrido bullying y aún, cuando se carece de registros certeros, la ausencia de políticas para prevenir la violencia y el acoso escolar han derivado en bajo rendimiento, deserción, así como en un incremento de suicidio.

Se estima, que el 59 por ciento de los suicidios por razones diversas, incluidas el acoso físico, psicológico y ahora cibernético entre estudiantes, se concentra en nueve entidades: Estado de México, Jalisco, Distrito Federal, Veracruz, Guanajuato, Chihuahua, Nuevo León, Puebla y Tabasco.

Pero lo grave es que el suicidio entre menores de edad de 5 a 13 años, principalmente, se ha incrementado ya que además del ámbito escolar los menores son humillados y maltratados en las redes sociales. Por lo que algo de suma importancia es el hecho de que todo este tipo de conductas pueda prevenirse; según Monjas (2009) existen tres razones que para hacerlo:

1ª) Los niños y adolescentes, son considerados como personas especialmente vulnerables y en proceso de desarrollo; por consiguiente tienen el derecho de aprender en un clima social positivo. Estos derechos conllevan unos deberes en la familia y el profesorado que han de desarrollar los aspectos necesarios para su protección y garantizar un contexto escolar seguro y positivo.

2ª) Los datos empíricos disponibles en la actualidad evidencian que el bullying es un problema importante por la frecuencia con la que se presenta; no hay más que hacer una rápida revisión de los últimos estudios hechos a este respecto fuera y dentro de nuestras fronteras.

3ª) Los estudios ponen de manifiesto las consecuencias del proceso de victimización; son claros los efectos psicológicos y emocionales muy negativos para las y los implicados. Entre ellos encontramos que el intimidador sufrirá el rechazo de los otros aunque inicialmente se le acepte por miedo.

Es por ello que la institución dentro del problema de la violencia escolar, tiene un papel fundamental en el cual se tienen que establecer normas que deben ser respetadas y un control de la manera en que el alumno entienda las reglas y cómo es que las pone en práctica dentro y fuera de la escuela, para poder formar una sana convivencia.

Generalmente en las escuelas podemos encontrar situaciones de violencia, como es a nivel secundaria y muchas veces ésta es aprendida entre compañeros, quienes se encuentran expuestos a sufrir algún tipo de acoso.

Para prevenir éstas situaciones, es necesario tomar en cuenta que se requiere que colaboren todos los miembros de la comunidad educativa, como profesores, alumnos y padres de familia; para ayudar a que la convivencia de la escuela sea mucho más sana y sin violencia.

Aparicio (2007), menciona que la escuela cuenta principalmente con el apoyo de los profesores para solucionar estos tipos de problemas. Los profesores deberán ser muy cuidadosos en lo que respecta a estos problemas, pues pueden ser los primeros en detectar casos de agresión o recibir las quejas de un niño agredido. Por ello, deben comprender que la escuela es un lugar que obliga a la convivencia de diferentes personalidades y que los conflictos siempre estarán latentes. Aunque seguramente la experiencia de los profesores sea amplia, cabe mencionar que es importante que tengan en cuenta lo siguiente:

- Que el profesor evite castigar, etiquetar, rechazar ni apartar a los niños conflictivos; ya que estas actitudes lejos de mejorar el comportamiento, alteran la situación. Es una forma de violencia psicológica.
- Es recomendable conversar con el niño que ocasiona problemas integrándole a una convivencia donde prive el respeto, la confianza y la comunicación.

- Siempre que detecte comportamientos de acoso en los alumnos, deberá notificar a los padres, procurando que esta situación sea en privado y no durante las juntas, frente a otros jefes de familia, procurando no dejar pasar mucho tiempo entre la detección y la comunicación con los padres.

Aunque no está en manos de los maestros modificar actitudes que se originan fuera de la escuela, ni podrán convertir al colegio en un "territorio neutral", sí está dentro de sus posibilidades lograr acuerdos de todas las partes implicadas y mejorar los mecanismos reales de participación que fomenten la responsabilidad compartida.

De igual manera, proponer que dentro de la escuela exista y se lleve a cabo, una política de cero tolerancia al acoso; esto es, informar a toda la comunidad educativa (alumnos, profesores, directivos y padres de familia) sobre qué es el acoso escolar, cuáles son las manifestaciones, en qué momento debemos intervenir y no esperar hasta que las consecuencias sean desastrosas para comenzar a hacer algo. La comunicación es la principal herramienta que necesitamos para poder intervenir en los casos que se presenten después, dentro de las escuelas. De aquí surge la pregunta, si se han realizado programas a nivel nacional para combatir esta problemática, ¿por qué el índice de bullying no ha disminuido?

Esto puede deberse a diferentes situaciones, por ejemplo la falta de conocimiento acerca de este tema ya que se ha encontrado que hay escuelas en las que los profesores no saben identificar una situación de acoso, otra de las posibles causas de que se este problema esté lejos de disminuirse, es porque las medidas que se han implementado no son suficientes, ni tienen continuidad para erradicar realmente el problema, se quedan en un proceso meramente informativo y únicamente se trabaja con los alumnos; sin embargo es indispensable abarcar a toda la comunidad escolar que incluye; profesores, directivos y sobre todo padres de familia.

3.1 Medidas que ha tomado México sobre esta problemática

El combate del acoso escolar, no es una responsabilidad sólo de padres y maestros, sino también del Estado, que debe desarrollar políticas públicas para prevenir y atender este problema social que se agrava con el clima de violencia que vive el país.

El bullying es una vieja práctica que nunca se ha reconocido como problema social, ni con la intensidad actual; la Comisión Nacional de Derechos Humanos (citado en México opina, 2011) estima que tres de cada 10 niños de primaria en el país han sufrido alguna agresión física o de acoso escolar.

La Procuraduría del Distrito Federal en el 2011, registró 13,633 denuncias de casos de bullying en escuelas públicas y se han levantado 236 averiguaciones previas ante las denuncias de los padres de las víctimas.

Se dice que la sociedad influye en el incremento de este problema y que a su vez hace caso omiso de la situación. A pesar de los esfuerzos de las autoridades para combatir este fenómeno social, como la creación de la fiscalía contra el acoso escolar o convertirlo en un problema de salud pública, hace falta que se promueva la cultura de la denuncia y se focalicen las escuelas públicas que obstaculizan su solución debido a la poca información que se tiene en estas instituciones.

México ocupa el primer lugar en casos de bullying entre estudiantes de secundaria, de acuerdo con la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE). Por ello, la Comisión Nacional de los Derechos Humanos (CNDH) imparte cursos especiales en planteles educativos para que se conozca, entienda, prevenga y combata este fenómeno.

Mediante un comunicado la CNDH indicó que el número de casos de acoso en el país ha aumentado y afecta al 40 por ciento de los 18 millones 781 mil 875 alumnos de primaria y secundaria, en instituciones educativas públicas y privadas.

También señaló que este problema de violencia trastoca la convivencia escolar de niñas, niños y jóvenes; este organismo menciona que de acuerdo con la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL), el 11 por ciento de los estudiantes mexicanos de primaria han robado o amenazado a algún compañero, mientras que en secundaria ese porcentaje es de poco más del 7 por ciento.

Además, estudios realizados por autoridades educativas del país indican que 43.2 por ciento del personal docente encuestado (324 directores/as y mil 485 maestros/as), afirman haber detectado casos de acoso. Por ello, realiza acciones de capacitación dirigidas a alumnos, a sus familiares, docentes y autoridades educativas a fin de combatirlo.

Como parte de la Campaña para Abatir y Eliminar la Violencia Escolar, se imparten cursos especiales en planteles educativos, para que se conozca más del tema y se pueda prevenir. En estos cursos se abordan los temas: fomento de valores, impulso de la cultura de la denuncia y creación de un ambiente pacífico.

Los datos arrojan que el 71 por ciento de los hombres y el 65 por ciento de las mujeres en los planteles de educación media superior han sufrido acoso escolar, mejor conocido como bullying, en el último año, escalando a niveles inimaginables.

Las autoridades puntualizan que el 36.8 por ciento de los jóvenes de bachillerato han recibido insultos; el 19.8 por ciento se han sentido rechazados; el 8.9 por ciento han recibido golpes; un 10.6 por ciento han sido víctimas del robo de sus pertenencias; al 8.4 por ciento le han "destruido" sus pertenencias y al 27.2 por ciento le han escondido sus cosas. Asimismo, el 3.2 por ciento ha recibido amenazas con armas; un 4.2 por ciento fue coaccionado para entregar dinero; el

4.3 por ciento fue amenazado para atemorizarlo. El 12.2 por ciento recibió burlas; sobre un 8.1 por ciento se difundieron falsedades en redes sociales y un 5.9 por ciento ha sido intimidado. Pese a esto, el 73 por ciento de ellos, nunca denuncian aunque consideren que deben hacerlo, mientras que el 38 por ciento creó que sus profesores son omisos para detener esos problemas (OCDE, 2013).

Por otra parte Gamboa y Valdés (2012), reportan que el bullying se presenta tanto en escuelas públicas como privadas y su práctica incide en un bajo rendimiento académico, reprobación e incluso deserción; en virtud de que estos comportamientos son ignorados por los directivos, docentes y personal encargado de la disciplina y control de los alumnos o también se ignoran las quejas, denuncias y reclamos de quienes están siendo víctimas, sin prestarles la atención que requieren cuando necesitan ser escuchados, o porque no externan lo que está sucediendo por temor a represalias mayores, así como por la falta de coordinación y comunicación con los padres de familia respecto al comportamiento de sus hijos.

Para combatir el acoso escolar, la Secretaría de Educación Pública, implementó en el 2007 el programa de “Escuela Segura”, el cual no ha cubrió todos los aspectos proyectados, como era construir un clima de confianza que coadyuvara al logro de objetivos de aprendizaje. Si bien el programa entre sus propósitos era consolidar a las escuelas de educación básica como espacios escolares seguros, libres de violencia, libres de adicciones y sobre todo, convertirlas en ambientes propicios para la formación integral de los alumnos dentro de una convivencia de respeto mutuo y solución de problemas a través del diálogo; también debe señalarse que se enfocó a prevenir las adicciones y se implementó en los 150 municipios de mayor incidencia delictiva de las 32 entidades federativas.

Esto nos pone a pensar que hasta el momento, lo único sobre lo cual se trabajó fue en el problema de adicciones, pero no el acoso escolar, ya que se encontró en un estudio exploratorio, realizado en el Distrito Federal (2011) tomó

en cuenta la percepción de estudiantes sobre este fenómeno; donde el 92 por ciento de éstos en el nivel primaria y secundaria reportó que han estado involucrados en alguna situación de acoso y 77 por ciento reportó que han sido víctimas.

En la Guía escolar (2011), se menciona otra herramienta recomendada por la Secretaría de Educación Pública, titulada “Para educar y proteger”, la cual fue dirigida a maestros y directores de escuelas primarias y secundarias públicas, en éste documento se plantea que los alumnos que denuncian estas situaciones de riesgo, fueran tratados como “testigos protegidos”, para incentivar la denuncia de sus victimarios.

Dentro de las acciones del programa Escuela Segura, la SEP elaboró un par de guías en las que se planteaban alternativas para que papás y maestros enfrentaran o evitarán problemas como: violencia familiar, bullying, embarazos en adolescentes, abuso sexual, trastornos alimenticios, consumo de drogas o que los menores se involucrarán en el crimen. Con las guías “Para Educar y Proteger” y “¿Cómo construir ambientes protectores?”, la dependencia presentó una serie de acciones para enfrentar situaciones que define como “críticas” y de riesgo entre más de 24 millones de niños de primaria y secundaria. También sugirió acciones para la prevención, sobre cómo resolver y orientar a quienes enfrentan problemas de adicciones, a los niños y adolescentes que se han involucrado en el crimen, sufrieron abuso sexual, bullying o tienen un embarazo no deseado, entre otros.

Otro programa importante que no es una iniciativa propia del país, pero que tiene gran relevancia, es el que se realiza desde noviembre del 2011 por el canal Cartoon Network Latinoamérica, que pretende concientizar a niños, jóvenes y adultos sobre el grave problema de bullying y promueve su prevención y atención en las escuelas y comunidades. Cartoon Network encabeza la campaña junto con sus socios Boomerang, Facebook, la Secretaría de Educación del Distrito Federal y las ONG's globales (Plan Internacional y World Vision); esta campaña promueve a estudiantes y adultos para que asuman un compromiso contra el bullying y

firmen un pacto para prevenirlo. Al firmar éste, los estudiantes se comprometían a denunciar el bullying cuando ocurría, a buscar la intervención de adultos de confianza y a su vez, los adultos reconocían su responsabilidad de intervenir y apoyar a sus hijos y a los maestros en los programas escolares.

En México, Fundación Televisa, a través de su iniciativa Mejor en familia, colabora con una campaña mediática multiplataforma; combinando spots de TV, sitios web, redes sociales y capacitación, donde es importante la participación de estudiantes, padres y madres, educadores y celebridades (Basta de bullying, 2011).

El Consejo Ciudadano de Seguridad Pública y Procuración de Justicia del DF en el 2013, consideró que una de las mejores herramientas para la atención de este problema era romper el silencio y por ello, propuso mecanismos de comunicación con los padres de familia y estudiantes para atender reportes sobre bullying.

Como su nombre lo indica, este programa reconoce también que la unión de todos los actores sociales es un factor fundamental para su solución. Por ello, se hicieron alianzas con organizaciones civiles especializadas en este tema y con las autoridades educativas de la ciudad, para dar respuesta a las denuncias.

La operación del programa considera los siguientes ejes:

- Todas las personas afectadas son atendidas por las autoridades de la Secretaría de Educación del Distrito Federal o la Fundación en Movimiento.
- El Consejo ofrece además a las escuelas, talleres para desarrollar herramientas para la solución de conflictos, dirigidos a padres de familia, maestros y la comunidad académica.
- Los talleres derivan en un contrato social, que establece las medidas que tomará la comunidad escolar para atender el problema.

- Al término del programa, el Consejo otorga un distintivo social a la escuela como Espacio de Convivencia Positiva, reconociendo su esfuerzo para suprimir estas prácticas en el alumnado.

Estas acciones buscan romper el estigma social de que la violencia es producto del deterioro de nuestra sociedad, sobre todo cuando se presenta contra los menores de edad en el seno familiar, por ello, estableció una línea de denuncia confidencial para poder acabar con el silencio ante este tipo de situaciones.

La Línea de Atención recibió en su primer año de operación 500 reportes sobre la materia, de ellos se confirmaron 368 casos de violencia infantil; es decir, prácticamente uno al día, a los cuales se les dio apoyo legal y psicológico en tiempo real, así como la canalización a las instituciones correspondientes.

Quienes más denuncian son las mujeres, en un 55 por ciento de los casos; el 44 por ciento son hechos por adultos de 24 a 41 años y son las amas de casa las que participan con mayor frecuencia. El 40 por ciento de los reportes señalan agresiones físicas, en las que están implicados niñas y niños por igual.

Este trabajo ciudadano, con apoyo de las autoridades, busca que a futuro se reduzca la violencia y no dejar a las generaciones que vienen la responsabilidad de obtener las soluciones necesarias, ya que estas se encuentran en el presente y dependen de nosotros (Consejo Ciudadano del DF, 2013).

3.2 Los miembros de la comunidad educativa como agentes de cambio

Todas estas iniciativas y programas que se están implementando en nuestro país, sería imposible llevarlas a cabo sin la colaboración, en poca o gran medida de los padres de familia y los profesores que laboran en las instituciones educativas.

Estos agentes son de suma importancia dentro de la prevención e intervención de situaciones de bullying como se verá a continuación.

3.2.1 El papel de los profesores

Es necesario que los docentes tomen medidas contra las agresiones verbales, el acoso, los golpes y las amenazas; su papel es decisivo para el establecimiento de límites.

Sabemos que actualmente las exigencias que se les hacen a los docentes son múltiples y complejas, pues además de encargarse de la transferencia de conocimientos y del desarrollo de habilidades, también son pieza clave en la formación social, ética y personal de los alumnos. En específico cuando se habla de bullying, el trabajo debe ser integral entre padres, alumnos y docentes; juntos deben inculcar el respeto, la empatía, responsabilidad y la igualdad. Sin embargo el docente tiene un lugar privilegiado puesto que se encuentra en el escenario donde sucede todo.

Para los profesores es difícil detectar un problema de agresión como el bullying porque no suelen ocurrir en su presencia, para poder detectarlo es útil aumentar la observación en lugares menos frecuentados por los profesores como son los patios, los pasillos, los baños y durante actividades extraescolares; también es útil tener una mejor comunicación con los alumnos para que así sientan la confianza de darle información al profesor. Lo que el profesor debe evitar es quitar importancia a las quejas que manifiesten los alumnos y decirles que “son cosas de niños” o “no es para tanto”. También procurar no ignorar, ni minimizar las quejas de los alumnos, escuchar y creer lo que les cuentan; así mismo conviene detectar el acoso y actuar inmediatamente cuando se les informen de estas situaciones, recordando que la conducta de los profesores es un ejemplo a seguir (Gallego, 2010).

El papel de los profesores, es decisivo a la hora de enfrentarse a una situación de bullying; la actitud de dejar de permanecer indiferentes ante el problema, hará que ellos puedan manejar con inteligencia todo tipo de situaciones.

Por lo que deben estar enfocados a lograr el respeto hacia los demás, la empatía, la responsabilidad y la igualdad, lo cual dará como resultado el desarrollo de una sociedad más sana y funcional.

Sin embargo, como lo señalan López, Domínguez y Álvarez (2010), existen escuelas que son verdaderas “fábricas” de violencia por varias razones: la falta tanto de motivación como de estrategias eficientes para hacer frente a los problemas de comportamiento del alumnado, el trato desigual del profesorado a los alumnos, que en ocasiones otorga privilegios únicamente a determinados estudiantes, causando malestar en los menos atendidos, y la existencia de dobles mensajes en el aula al utilizar el castigo como medio para mejorar la conducta de un estudiante, genera en ocasiones un “efecto rebote” y más agresividad en el alumnado.

Pero además de estos factores generales del centro educativo, existen otros más específicos en la organización del aula, relacionados con los problemas de conducta de los alumnos como son: la realización de actividades altamente competitivas entre los estudiantes, el aislamiento y rechazo social que sufren algunos, la tolerancia y naturalidad con la que se perciben las situaciones de violencia y maltrato entre compañeros, la poca importancia que se concede al aprendizaje de habilidades interpersonales y el desconocimiento de formas pacíficas de resolución de conflictos.

Es por ello que se recomienda a los profesores que promuevan y practiquen actitudes dentro del aula que llevarán al abatimiento del acoso escolar:

1. Es importante hablar con los alumnos sobre agresión utilizando cuentos, películas u otros recursos; realizar una mediación escolar y utilizar el rol playing para concientizarlos sobre el tema.
2. Procurar ser un modelo de buen comportamiento, por ejemplo mostrar respeto por todos los alumnos, no mostrar favoritismos, evitar hablar mal de otros, fomentar la empatía y la solidaridad.

3. Crear a través de la práctica, un clima de seguridad en el salón de clases, estableciendo reglas claras donde no se tolere ningún tipo de agresión.
4. Identificar las primeras señales de agresión en las interacciones antes de que se conviertan en un conflicto mayor.
5. Tener escucha activa y empática cuando un alumno hable sobre una situación de agresión.

Otra de las cosas que el profesor debe evitar, es hacer pública la identidad del alumno que sufre el acoso, esto es importante para evitar represalias de cualquier tipo; el profesor debe, una vez detectada la víctima, aumentar la supervisión en las áreas de la escuela y estar más pendiente durante el proceso de intervención.

Los profesores son quienes conviven a diario con sus alumnos y alumnas y conocen la situación que atraviesa cada grupo. Por tales motivos, son los adultos de confianza y referentes más próximos de los niños, niñas y adolescentes, así como también de sus familias.

Un equipo docente sólido, que tome decisiones coherentes y que aborde la problemática en forma solidaria y responsable, garantizará un ambiente libre de violencia para los niños, niñas y adolescentes; donde enseñar y aprender sea confortable, estimulante y seguro.

Los profesores deben trabajar en la construcción de valores de convivencia y ambientes escolares cooperativos, donde los conflictos puedan ser tratados y resueltos en forma constructiva. Porque en definitiva, no se trata tan sólo de colocar la violencia en el centro del debate, sino también de aprender nuevas formas de convivencia para el ejercicio de una ciudadanía responsable en un ambiente escolar democrático, incluyente y equitativo.

Se debe tomar en cuenta que las habilidades para lograr una buena convivencia no pueden ser inculcadas a los niños y a las niñas por imposición, sino que deben transmitirse como un modo de vida funcional, de “estar con el otro”. Trabajar con este enfoque desde los primeros grados, favorece que los niños y niñas aprendan desde pequeños a reaccionar frente a la intolerancia y la provocación, a controlar la ira, a ser generadores de propuestas y a buscar soluciones pacíficas. En suma, que puedan ser capaces de reconocer las consecuencias negativas y destructivas de la violencia y el maltrato, tanto para ellos y ellas como para los demás (Basta de bullying, 2011).

Además el docente tendrá que enseñar la diferencia entre la justicia e injusticia, pero además es importante intervenir con el agresor, investigarlo y pedir ayuda de los padres, ya que estos son los primeros en orientar a sus hijos, a su vez, es importante también que el docente oriente a las familias para fomentar el diálogo permanente entre padres e hijos.

Denunciar a los agresores, analizar las consecuencias de este hecho, potenciar en el alumnado formas sanas de compañerismo y solidaridad, son otras acciones del docente. La escuela debe estar alerta a las situaciones que se presenten desde el primer momento, no permitir que avance el acoso es fundamental en la construcción de una buena conducta (Gallego, 2010).

3.2.2 Los padres frente al fenómeno del bullying

La familia es la institución clave en la socialización de los niños, debido a su papel de transmisor de valores, normas, etc. Los niños aprenden por imitación y el ejemplo es el más valioso a la hora de configurar su comportamiento.

Los niños que presentan conductas agresivas y potenciales acosadores suelen provenir de familias que carecen de reglas, les falta supervisión y control de su conducta, o bien pertenecen a familias con una disciplina demasiado estricta o rígida, con poca comunicación y tendencia a tensiones y peleas.

La mayoría de las veces los padres son los últimos en enterarse de lo que les ocurre a sus hijos, por tanto es importante prestar atención a determinadas factores importantes que permiten detectar si sus hijos sufren de acoso escolar. Algunos indicadores son: cambios en el comportamiento, cambios de humor; tristeza, llantos o irritabilidad sin explicación alguna, en ocasiones se presentan pesadillas, cambios en el sueño y/o en el apetito, en otras ocasiones, dolores de cabeza, de estómago, vómitos. Por lo que los padres deben estar alertas cuando se presentan estas situaciones sin una razón aparente. En otras ocasiones las víctimas pueden aparecer con golpes o rasguños, justificándose con la explicación de haber sufrido alguna caída o accidente. Suelen perder rápidamente sus pertenencias escolares o personales como por ejemplo; mochilas descosidas, pantalones rotos, etc. de forma frecuente. Otros manifiestan temor a ir a la escuela, inventando cualquier pretexto para no asistir a la escuela. Y por último se resisten a estar solos, demandando la presencia del padre en la entrada y la salida de la escuela (Gallego, 2010).

La Asociación Argentina de Prevención del Maltrato Infantil (ASAPMI) en 2010, mostró algunos indicadores para ayudar a identificar si los jóvenes están siendo víctimas de bullying:

- Falta de ganas de ir a la escuela
- Sentirse mal a la hora de ir a la escuela
- Pide ser cambiado de escuela
- Miedo de ir o volver a la escuela
- Cambiar el trayecto frecuentemente entre la casa y la escuela
- Tener bajo rendimiento escolar
- Volver de la escuela, repetidamente, con ropas y libros rotos
- Llegar a casa con heridas inexplicables
- Volverse cerrado y arisco
- Parecer angustiado, ansioso y deprimido
- Presentar manifestaciones de baja autoestima

- Tener pesadillas frecuentes
- “Perder” repetidas veces, sus pertenencias o su dinero
- Pedir siempre más dinero o robar dinero de la familia
- Evitar hablar sobre lo que le pasa o dar disculpas poco convincentes para todo
- Intentar o cometer suicidio

La intervención de los padres, tanto del acosado como del acosador, es fundamental, tanto para impedir que el acosador siga agrediendo, como que la víctima siga sufriendo acosos. No obstante, abordar el problema en ambos casos no es fácil, por lo que es necesario orientar a los padres para actuar frente al bullying.

Ahora bien, se sugieren algunas medidas para que los padres trabajen de acuerdo al rol que hayan identificado en sus hijos; víctima o acosador:

-Cuando el alumno es la víctima:

En el caso de que los padres sospechen que su hijo es una víctima de bullying, es fundamental establecer un canal de comunicación y confianza con él, para que se sienta cómodo al hablar acerca de todo lo bueno y lo malo que está viviendo; es importante que los padres se comprometan a ayudarlo a resolver este problema. Así mismo es indispensable que los padres expliquen que él no es el culpable de esta situación y hacerlo/a sentir seguro. Además se debe tomar en cuenta:

1. Investigar a detalle lo que está ocurriendo, escucharlo y no interrumpirlo.
2. Es necesario que los padres se pongan en contacto con el profesor, para alertarlos acerca de lo que ocurre y pedir su cooperación en la investigación y en la resolución de los hechos.

3. No estimularlo para que se muestre agresivo o tome venganza, ya que esto empeoraría la situación.
4. Discutir alternativas asertivas para responder a los acosadores y practicar respuestas.
6. Dependiendo del grado de ansiedad y del miedo en el que esté envuelto, buscar apoyo psicológico para ayudarle a que supere esa situación. Pero tomando en cuenta que la mejor ayuda, en esos casos, es la de la familia.
7. Mantener la calma; demostrar determinación acompañada de actitud positiva.

-Cuando el alumno es el acosador:

Es muy difícil para muchos padres reconocer algo negativo en la conducta de sus hijos, por eso es muy importante, cuando se detecta el caso, que ellos trabajen directamente con la escuela para resolver este problema, de una forma inmediata, ya que normalmente el problema de una mala conducta suele crecer como una bola de nieve. Lo que jamás deben hacer los padres del acosador es usar la violencia para reparar el problema, ya que pueden ser acusados de maltrato hacia su hijo.

Estas sugerencias pueden ayudarles a los padres a canalizar la situación hacia un lado positivo:

1. Investigar por qué es un acosador.
2. Hablar con los profesores, pedir ayuda y escuchar todas las críticas y comentarios acerca del involucrado.
3. Acercarse más a los amigos de él/ ella y observar qué actividades realizan.

4. Establecer un canal de comunicación y confianza. Los niños necesitan sentir que sus padres les escuchan.
5. Hacerse responsables de la conducta de su hijo.
6. Colaborar con el colegio dando seguimiento al caso y registrando las mejoras.
7. Canalizar la conducta agresiva de su hijo hacia algún deporte.
8. Señalar que la conducta de acoso no está permitida por la familia.
9. Dejar claro lo que ocurrirá si el acoso continúa.
10. Ayudarlo a manifestar sus insatisfacciones y frustraciones sin agresión.
11. Animarle a que reconozca su error y a que pida perdón a la víctima. Elogiar sus buenas acciones.

Es fundamental, conversar con los niños para que sepan que los padres están abiertos a escucharlos, enseñarles a superar sus problemas y estimular pensamientos alternativos con el objetivo de que puedan reaccionar de diferentes maneras frente a una misma situación. Desarrollar la autoconciencia, lo que significa aprender que sus acciones tienen consecuencias directas no sólo en ellos, sino también en los demás y enseñarles a resolver conflictos mediante el diálogo (Almanza, 2014).

Los padres deben ser activos y estar atentos a lo que hacen sus hijos en la adolescencia. Esta es una etapa en la que, al buscar su identidad, los jóvenes se alejan de los padres, lo que coincide con que en ocasiones los progenitores están muy estresados laboralmente. Todo ello provoca que muchos adolescentes estén solos y se sientan abandonados. Hay padres que no saben lo que sucede con sus hijos en el colegio, ni saben con quiénes se juntan. Por ello debe haber un involucramiento mayor, en el que se amplíen los canales de comunicación con los profesores y el colegio. La mayoría de los profesores saben cómo los adolescentes se relacionan con sus compañeros, cuáles son sus amigos y si es

que los tienen. Por ello, éste es un canal de ayuda muy significativo para los padres.

4. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN ANTE EL BULLYING

Como se ha planteado en los capítulos anteriores, el objetivo principal es la presentación de una propuesta de intervención para combatir el bullying en jóvenes de secundaria.

El taller propuesto está encaminado a trabajar sobre la historia de Angélica, una joven que queda literalmente “atrapada en una computadora” tras ser víctima de bullying. Angélica es una joven que ya no sale de su casa, tiene poco contacto con el exterior, es decir sus amigos, padres, hermanos. Tomó la decisión de aislarse para protegerse y el único medio que tiene para relacionarse con el exterior es su computadora; ella graba videos contando fragmentos de su vida y lo que le pasaba cuando era acosada en la escuela, con la finalidad de que las personas que vean sus videos aprendan a partir de su caso. De igual manera responde a los correos de las personas que quieren compartir experiencias similares.

Angélica interactuará con los jóvenes compartiendo experiencias y enseñanzas sobre el acoso escolar en una escuela secundaria, a través de correos electrónicos y videos. La temática fue elegida de esta manera, ya que como se vio anteriormente, los jóvenes a esta edad buscan sentirse identificados y mediante esto empiezan a cambiar pautas de comportamiento; el crear a un personaje que pase por experiencias similares a ellos, se creará un ambiente de confianza y aprendizaje en los jóvenes que sea más ameno y atractivo.

Dado que el fenómeno de bullying provoca temor en las víctimas o los observadores y esto hace que no denuncien estas conductas, es por ellos que elegimos a Angélica como un medio de la denuncia, mediante el cual los jóvenes podrán comunicar (a través de cartas o correos electrónicos que se irán solicitando a lo largo del taller), alguna experiencia, ya sea personal o que hayan presenciado algo en su salón de clases.

Aunado a todo lo anterior, el taller no se situará sólo sobre la comunidad estudiantil, ya que para que la eficacia e impacto de un taller, es necesario trabajar con padres de familia y profesores, debido a que los programas que se han implementado dejan caer la responsabilidad y el peso únicamente sobre los alumnos, dejando de lado el papel que juega el resto de la comunidad escolar para erradicar el problema.

Tomando en cuenta esto último la propuesta incluye a padres y profesores, a los que se presentará la vida de Angélica como hija y como alumna, así resultará más fácil a los padres y profesores encontrar o proponer soluciones a partir de un tercero y después ponerlas en práctica en su vida cotidiana.

4.1 Taller para alumnos

La duración de este taller es de 10 sesiones, las cuales están divididas en dos partes. En la primera se presentarán a los alumnos los conceptos básicos de lo que es el bullying, cómo diferenciarlo de otras conductas violentas, tipos de acoso, cómo identificar a los participantes y qué papel están jugando. En la segunda etapa los alumnos pondrán en práctica los contenidos aprendidos en las primeras sesiones, además de aprender qué hacer ante el acoso; es decir, qué deben hacer ellos y dónde acudir en caso de ser necesario.

A continuación se presentan las 10 sesiones en cartas descriptivas, cada una contiene el tema de la sesión, su duración, objetivo, las dinámicas y las instrucciones de cómo llevar a cabo cada sesión.

Sesión 1	Tema: Presentación	Duración: 85 minutos	
Objetivo: Los alumnos conocerán el objetivo del taller, además de interactuar con los coordinadores para romper el hielo.			
Nombre de la técnica	Objetivo	Materiales	Tiempo
Presentación	Los alumnos y los coordinadores se conocerán, y se plantearán los objetivos del taller.	Ninguno	10 minutos
Desarrollo de la actividad			
Los coordinadores se presentarán con los alumnos. Posteriormente se les dará a los alumnos una explicación general acerca del taller y el objetivo del mismo.			
El animal que llevo dentro	Los alumnos al encontrar similitudes con algún animal, reflexionarán acerca de su propia personalidad, carácter y características.	-Hojas blancas -Colores	30 minutos
Desarrollo de la actividad			
Los coordinadores pedirán a los alumnos que en una hoja en blanco proporcionada por ellos dibujen al animal con el cual se identifican, ya sea por su carácter, forma de ser o personalidad.			
Se les darán 10 minutos para que lo realicen, una vez terminado se les pedirá que uno por uno pasen a presentarse diciendo su nombre y el animal que seleccionaron, incluyendo las características del mismo.			
El contrato	Los alumnos del grupo conocerán y aplicarán las reglas que se propondrán para el taller con la finalidad de que se promueva una mejor convivencia.	-Hoja de rotafolio -Plumones	10 minutos
Desarrollo de la actividad			
Una vez terminada la presentación de los alumnos se les explicará la importancia de fijar acuerdos para una mejor convivencia dentro del taller, se les indicará que se establecerán algunos acuerdos a manera de contrato y se les preguntará si están de acuerdo, de tal forma que se puedan agregar otros.			
Algunos propuestos son:			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Todos somos iguales 2. Todos tienen derecho de hablar si piden la palabra (alzar la mano) 3. Escuchar a quien está hablando 4. Guardar alimentos durante la sesión 			

5. Participar (aunque no será obligatorio, será importante hacerlo para interactuar dentro del taller)			
Estos acuerdos estarán pegados en una hoja de rotafolio en todas las sesiones			
Cuestionario CUVE	Conocer de qué forma es la interacción dentro del grupo	Una copia del instrumento CUVE (García, Álvarez y Núñez, 2011) para cada alumno Lápiz o bolígrafo	5 minutos
Desarrollo de la actividad			
Los coordinadores proporcionarán una copia del CUVE (Anexo 1) a los alumnos y tendrán 5 minutos para contestarlo, se les explicará que sus respuestas son anónimas y confidenciales, por lo que deberán ser lo más honestos posibles.			
Buzón	A través del buzón los alumnos compartirán opiniones o dudas acerca de los temas que se están abordando.	Buzón	5 minutos
Desarrollo de la actividad			
Se les explicarán a los alumnos que a lo largo de las sesiones, los coordinadores tendrán un buzón, en el que pueden depositar sus dudas, preguntas o comentarios a lo largo del taller y sobre el tema abordado. Se dará la indicación que las dudas algunas de las dudas se resolverán la siguiente sesión.			
Hechos de dulces	Por medio del juego, se establecerá un vínculo de confianza y acercamiento entre alumnos y coordinadores.	-Dulces que sean de colores	20 minutos
Desarrollo de la actividad			
Los coordinadores pedirán a los alumnos que se sienten en círculo, de preferencia en el suelo, posteriormente se les repartirán dulces que sean de colores (estrellas, m&m's, etc), cada alumno y coordinador, tendrá 3 dulces diferentes o iguales. Una vez hecho esto se les indicarán que cada color representa un tipo de pregunta: el color rojo corresponde a la pregunta: ¿cuál ha sido el momento más vergonzoso que has tenido en la escuela?; el color amarillo corresponderá a la pregunta : ¿cuál ha sido el momento más feliz que has tenido en la escuela? ; El color verde corresponderá a la pregunta: ¿Qué es lo que quieres para el futuro?; de esta forma todos los alumnos que tengan un dulce de este color deberá responder esta pregunta.			

Las preguntas dependerán del número de colores que tenga el dulce que se les repartirá, la meta es que los alumnos se conozcan más, en el caso de que alguien no quiera compartir su respuesta estará en su derecho, además se promoverá el respeto por la respuesta de sus compañeros.

Cierre	Dar por terminada la sesión aclarando dudas y haciendo una reflexión del tema revisado.	Ninguno	5 minutos
Desarrollo de la actividad			
Los coordinadores aclararán dudas a los alumnos y darán una breve explicación de lo que se verá en la siguiente sesión.			

Sesión 2	Tema: <u>Bullying; Definición y diferencias entre conflicto escolar</u>	Duración: 60 minutos	
Objetivo: Los alumnos conocerán la diferencia entre bullying y conflicto escolar, además de las características de cada situación			
Nombre de la técnica	Objetivo	Materiales	Tiempo
Saludo y presentación de Angélica	Explicar a los alumnos en qué consistirá la sesión del día.	Ninguno	5 minutos
Desarrollo de la actividad			
<p>Los coordinadores explicando el objetivo de la sesión. Además se repetirán los acuerdos de la sesión anterior.</p> <p>Se les indicarán a los alumnos cuál es el eje temático que se estará manejando a lo largo del taller, el cual consiste en que existirá un personaje llamado Angélica, que a través de su historia estará guiando los temas que se abordarán.</p> <p>Los coordinadores contarán a los alumnos que Angélica está “atrapada” en su computadora qué fue lo que la mantiene ahí.</p>			
Mitos del bullying	Los alumnos identificarán los mitos del bullying, a través de la comparación entre sus ideas y la definición propuesta por los coordinadores.	Plumones para pizarrón Una copia del Anexo 2	10 minutos
Desarrollo de la actividad			
<p>Los coordinadores leerán un correo de Angélica (Anexo 2), donde ella explica que cuando era víctima de acoso, solía contarles a sus profesores, padres y amigos; sobre lo que le sucedía pero nadie le creyó que eso fuera Bullying.</p> <p>Posteriormente preguntarán a los alumnos lo que saben de bullying, al tiempo que se estará haciendo una lluvia de ideas en el pizarrón con lo que plantearán los alumnos, se les pedirá que pasen algunos a escribir lo que significa para ellos.</p> <p>Una vez teniendo en cuenta algunas opiniones, los coordinadores procederán a explicar en qué consiste el bullying.</p>			
Test Verdadero o falso	Los alumnos reflejarán a través del test sus conocimientos sobre el bullying	-Una copia del Test Verdadero o falso (anexo 3) para cada	5 minutos

		alumno -Lápices	
Desarrollo de la actividad			
Una vez terminado el tema se les dará a los alumnos una hoja con algunas preguntas a manera de test (anexo 3), con la finalidad de que puedan plasmar según las indicaciones lo que comprendieron del tema, sobre todo para identificar dudas o inquietudes al respecto.			
El semáforo del bullying	Conocer qué tanto han aprendido los alumnos acerca del bullying	-Una copia del anexo 4 para los coordinadores. -Papel de colores para el semáforo	5 minutos
Desarrollo de la actividad			
Los coordinadores llevarán un semáforo hecho de papel y se les explicarán a los alumnos que se utilizará en algunas sesiones (anexo 4), con la finalidad de que refuercen lo que están aprendiendo, En esta sesión se les relatarán algunas situaciones y ellos deberán clasificarlas de acuerdo al color:			
Verde: No es una situación de Bullying			
Amarillo: Puede llegar a molestar o incomodar a alguien			
Rojo: Es una situación de Bullying			
Además el semáforo servirá como identificador de emociones, en cualquier momento a lo largo de toda la sesión se les preguntará en qué color encuentran que están sus emociones:			
Verde: Tranquilo			
Amarillo: Inquieto			
Rojo: Molesto			
Y se hará una reflexión acerca de qué hacer en cada caso, sobre todo si se encuentra en rojo.			
Siempre contra mí, todos los días... me haces sentir mal	Los alumnos identificarán las diferencias entre bullying y conflicto escolar	Plumones para pizarrón -Laptop -Cañón	10 minutos

Desarrollo de la actividad			
<p>Los coordinadores mostrarán un video de Angélica, donde narrará cómo vivió el bullying, con esto, explicarán la regla de las 3 C (constante, con intención, contra la misma persona); con la finalidad de que puedan identificar cuando hay una situación de bullying y puedan diferenciarla de otro tipo de violencia.</p> <p>Al finalizar los alumnos comentarán qué sintieron acerca de la narración y describirán si alguna vez les ocurrió algo similar.</p>			
La torre más alta	Los alumnos aprenderán el concepto de trabajo cooperativo.	Cartulinas -Hojas -Cinta adhesiva	15 minutos
Desarrollo de la actividad			
<p>Se dividirá a los alumnos en 3 equipos, a cada equipo se le darán materiales como: hojas de colores, cartulinas y cinta adhesiva.</p> <p>Se les pedirá a los alumnos que deben hacer la torre más alta, no importando cómo la hagan pero que ocupen todo material ofrecido.</p> <p>Después de 15 minutos cada equipo deberá presentar su torre. Al terminar se compartirán algunas opiniones sobre lo que significó para los alumnos trabajar en equipo y se hará una reflexión al respecto.</p>			
Buzón	Los alumnos compartirán alguna opinión duda o reflexión sobre los temas vistos hasta el momento.	Buzón	3 minutos
Desarrollo de la actividad			
<p>Los coordinadores como cada sesión dejarán disponible el buzón para que los alumnos depositen sus dudas.</p>			
Cierre	Se verificarán los conocimientos de los alumnos acerca de los temas vistos	Ninguno	5 minutos
Desarrollo de la actividad			
<p>Se dará cierre al tema visto y se responderán preguntas de los alumnos, en dado caso también se harán preguntas a ellos para revisar su comprensión.</p>			

Sesión 3	Tema: Personajes Implicados en el bullying	Duración: 60 minutos	
Objetivo: Los alumnos reconocerán a los participantes dentro del bullying			
Nombre de la técnica	Objetivo	Materiales	Tiempo
Saludo	Explicarles a los alumnos en qué consistirá la sesión del día.	Ninguno	5 minutos
Desarrollo de la actividad	Los coordinadores comenzarán la sesión saludando a los alumnos y comenzarán explicando el objetivo de la sesión.		
Test Averigua cuánto sabes del bullying:	Los alumnos reforzarán el tema visto la sesión anterior por medio de un test	-Lápices -Una copia del test <i>cuánto sabes del bullying</i> (anexo 5) para cada alumno	5 minutos
Desarrollo de la actividad	Los coordinadores repartirán a los alumnos el test (anexo 5) y se les darán 5 minutos para responderlo, al final compartirán opiniones sobre las repuestas de los jóvenes.		
El anuario	Los alumnos conocerán el perfil de los implicados en una situación de bullying	Recortes Cinta adhesiva Una copia del anexo 6	15 minutos
Desarrollo de la actividad	Los coordinadores leerán otro de los correos de Angélica, donde ella narra experiencias con sus compañeros de grupo, al finalizar mostrarán un anuario con las fotografías de los miembros de su grupo y se les pedirá a los alumnos que levantando la mano digan si alguno de ellos pertenecen a un agresor, víctima u observador, además de justificar su respuesta. Una vez terminado el debate al respecto, se les indicará a los alumnos el perfil de cada uno de los implicados.		
El semáforo del Bullying	Los alumnos reconocerán situaciones de bullying en la historia narrada, de acuerdo a los colores del semáforo utilizado en la sesión anterior.	-anexo 4	15 minutos
Desarrollo de la actividad	Los alumnos tomando en cuenta el correo de Angélica deberán clasificar de acuerdo a los colores del semáforo las situaciones		

	<p>narradas, esto será de forma individual y se dará retroalimentación.</p> <p>Además de que se preguntará a algunos alumnos cómo se encuentra su estado de ánimo de acuerdo a los colores.</p>		
Buzón	Los alumnos compartirán alguna opinión duda o reflexión sobre los temas vistos hasta el momento.	Buzón	3 minutos
Desarrollo de la actividad	Los coordinadores como cada sesión dejarán disponible el buzón para que los alumnos depositen sus dudas.		
Dos verdades una mentira	Evaluar los conocimientos aprendidos en lo que va de las sesiones	Ninguno	15 min
Desarrollo de la actividad	<p>Los alumnos se dividirán en dos equipos y se colocarán en círculo, los coordinadores les explicarán que la dinámica consiste en que con base a los temas vistos hasta el momento, dirán 3 frases, dos de ellas son verdaderas y una es falsa.</p> <p>Los alumnos de cada equipo una vez por turno podrán responder e indicar cuál es la oración incorrecta, irán reuniendo puntos por cada respuesta correcta.</p> <p>El equipo que reúna más puntos podrá proponer una actividad para la siguiente sesión.</p>		
Cierre	Se verificarán los conocimientos de los alumnos acerca de los temas vistos.	Ninguno	10 minutos
Desarrollo de la actividad	Se dará cierre al tema visto y se responderán preguntas de los alumnos, en dado caso también se harán preguntas a ellos para verificar su comprensión.		

Sesión 4	Tema: Tipos de bullying		Duración: 60 minutos
Objetivo: Los alumnos identificarán los diferentes tipos de bullying			
Nombre de la técnica	Objetivo	Materiales	Tiempo
Saludo	Los alumnos conocerán cuáles son las actividades a realizar en la sesión.	Plumón para pizarrón	5 minutos
Desarrollo de la actividad	<p>Los coordinadores comenzarán la sesión saludando a los alumnos y comenzarán explicando el objetivo de la sesión.</p> <p>Además se les mencionará que hay diferentes tipos de bullying y se hará una lluvia de ideas para conocer lo que saben al respecto.</p>		
Golpes, burlas, chismes...ni en internet estoy a salvo	Los alumnos reconocerán cada uno de los tipos de bullying	-Cartulinas -Plumones	20 minutos
Desarrollo de la actividad	<p>Los coordinadores pedirán a los alumnos que se dividan en equipos y cada equipo realizará en una cartulina una historieta alusiva al tipo de bullying que se les haya asignado, lo que importa es que aborden el tema con los conceptos o ideas que tengan acerca del tema, una vez terminado esto, se les explicará en qué consiste cada tipo de bullying. Se resolverán dudas y se retroalimentará.</p>		
Memorama	Los alumnos identificarán a través del memorama los diferentes conceptos abordados en lo que va del taller.	-Memorama (Anexo 7)	15 minutos
Desarrollo de la actividad	<p>Los coordinadores dividirán el grupo en dos equipos, se les dará la indicación de que resolverán un memorama pegado en el pizarrón, cada equipo seleccionará un miembro de su equipo para que los represente en cada turno.</p> <p>Para el memorama se abordarán temas como:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Violencia -Bullying -Moobing -Conflicto escolar -Asertividad -Tipos de Bullying 		

	<p>-Implicados -Trabajo cooperativo</p> <p>De esta forma se promoverá la competencia sana y el trabajo cooperativo.</p>		
Tienes un mensaje	Los alumnos reconocerán los tipos de bullying.	-Anexo 8	15 minutos
Desarrollo de la actividad	<p>Los coordinadores colocarán mensajes en papeletas, que estarán diseñadas de acuerdo a algún dispositivo o red social (whatsapp, facebook, twitter, mensaje de texto).</p> <p>Estos incluirán mensajes que fueron enviados a Angélica, en donde estará implícito algún tipo de bullying, cada alumno leerá de forma personal su mensaje, posteriormente se les pedirá que se reúnan en equipos dependiendo del tipo de bullying que hayan localizado en el mensaje, si es físico, verbal o psicológico; y se les pedirá que reflexionen si están en el equipo correcto de acuerdo al mensaje que les tocó.</p> <p>Posteriormente se les comentará que todos esos mensajes llegaron desde distintos medios a la misma persona, y esto hace referencia al ciber bullying.</p> <p>Para finalizar se les preguntará que piensan acerca de lo visto durante esta dinámica.</p>		
Buzón	Los alumnos compartirán alguna opinión duda o reflexión sobre lo aprendido en las sesiones del taller	-Buzón	5 minutos
Desarrollo de la actividad	<p>Se les pedirá a los jóvenes que si tienen dudas o algún comentario que lo coloquen dentro del buzón. Angélica dará apoyo con alguno de los mensajes que los alumnos compartieron la sesión anterior.</p>		
Cierre	Se verificarán los conocimientos de los alumnos acerca de los temas vistos.	-Ninguno	5 minutos
Desarrollo de la actividad	<p>Se dará cierre al tema visto y se responderán preguntas de los alumnos, en dado caso también se harán preguntas a ellos para verificar su comprensión.</p>		

Sesión 5	Tema: Consecuencias del bullying	Duración: 60 minutos	
Objetivo: Los alumnos reflexionarán acerca de las consecuencias del bullying para cada uno de los implicados.			
Nombre de la técnica	Objetivo	Materiales	Tiempo
Saludo	Los alumnos conocerán cuáles son las actividades a realizar en la sesión.	Plumón para pizarrón	5 minutos
Desarrollo de la actividad	Los coordinadores comenzarán la sesión saludando a los alumnos y preguntarán si hay alguna duda del tema anterior.		
Atrapada en mis miedos	Los alumnos conocerán las consecuencias del bullying	Hojas blancas	20 minutos
Desarrollo de la actividad	<p>Los coordinadores explicarán a los alumnos cómo fue que Angélica quedó atrapada, ya que no tuvo el valor de denunciar, el miedo la invadió y todo a causa del acoso que vivió.</p> <p>Además Angélica contará la historia de lo que pasó con sus compañeros, al momento de hacerle bullying a otra persona.</p> <p>Se les pedirá a los alumnos que imaginen que son amigos de Angélica, y deberán escribir que hubieran hecho para ayudarla en esta situación.</p> <p>En este momento conocerán también las consecuencias de los observadores.</p>		
La silueta de mi mano	Los alumnos aprenderán a idear estrategias contra el bullying	-Una copia del anexo 9	15 minutos
Desarrollo de la actividad	<p>Los coordinadores pedirán a los alumnos que en una hoja blanca dibujen la silueta de su mano, una vez que hayan realizado esto se les indicará que escriban dentro de la mano que dibujaron, una frase que vaya en contra del bullying o cómo prevenirlo.</p> <p>Una vez terminado esto pasarán uno por uno a pegar su dibujo en el pizarrón, al mismo tiempo que los coordinadores les darán a cada uno otra mano donde vienen 5 consejos para evitar situaciones de bullying.</p>		

	Se discutirán las frases realizadas por ellos y las que los coordinadores les compartieron (Anexo 6). Además se hará la reflexión de que todas las manos tienen diferencias pero todas son importantes.		
La balsa	Los alumnos reconocerán y compartirán las habilidades que poseen y que consideran importantes dentro de un grupo	-Papeletas para cada alumno	20 minutos
Desarrollo de la actividad	<p>Los coordinadores les pedirán a los alumnos que hagan un círculo, se les pedirá que imaginen que se encuentran en un barco, que está a punto de hundirse, pero que existe una balsa en la que sólo caben 5 personas, por lo que es momento de convencer a sus compañeros del por qué deben ser los que aborden la balsa.</p> <p>Para lo cual deberán escribir al menos 3 cualidades que poseen y que puedan servir de ayuda o que crean que son necesarias para ese momento de supervivencia.</p> <p>Cada uno pasará al frente a comentar lo que escribió y sus compañeros irán votando.</p> <p>Al final se seleccionarán a los 5 que tuvieron más votos y se hará la reflexión de que todos son importantes sólo es cuestión de demostrar lo mejor de uno mismo para que los demás puedan verlo.</p>		
Buzón	Los alumnos compartirán alguna opinión duda o reflexión sobre los temas vistos hasta el momento.	Buzón	3 minutos
Desarrollo de la actividad	Los coordinadores como cada sesión dejarán disponible el buzón para que los alumnos depositen sus dudas.		
Cierre	Se verificarán los conocimientos de los alumnos acerca de los temas vistos.	Ninguno	3 minutos
Desarrollo de la actividad	Se dará cierre al tema visto y se responderán preguntas de los alumnos, en dado caso también se harán preguntas a ellos para verificar su comprensión.		

Sesión 6	Tema: Autoconcepto	Duración: 60 minutos	
Objetivo: Los alumnos reconocerán las virtudes que los hacen especiales de manera individual y de manera grupal			
Nombre de la técnica	Objetivo	Materiales	Tiempo
Saludo	Los alumnos conocerán cuáles son las actividades a realizar en la sesión.	-Ninguno	5 minutos
Desarrollo de la actividad	Los coordinadores saludarán a los alumnos, y preguntarán si existen dudas o comentarios sobre la sesión anterior; de haberlos, serán anotados y resueltos al final de la sesión. Posteriormente pasarán a la primera actividad.		
Mi historia antes del bullying	Los alumnos expresarán cómo se perciben a través de la lectura y el cuestionario	-Una copia de la lectura para cada alumno Anexo 10 -Una copia del anexo 11 -lápiz o bolígrafo para contestar	15 minutos
Desarrollo de la actividad	<p>Los coordinadores darán a los alumnos una copia de la historia “el cuento de la cebolla” (Anexo 10). Una vez que cada alumno tenga su hoja se les dará 10 minutos para leerla y contestar las preguntas que vienen junto a la lectura.</p> <p>Posteriormente, se les leerá una historia de cómo era la vida de Angélica antes de sufrir bullying (Anexo 11), a partir de esto ellos deberán identificar, cuáles eran sus cualidades. Al finalizar, los coordinadores junto al grupo discutirán las respuestas dadas por los alumnos, poniendo énfasis en las cualidades que hacen especiales a una persona. Posteriormente se pasará a la siguiente actividad.</p> <p>La meta es que a través de ambas lecturas, logren reconocer tanto sus propias cualidades, como las de los que le rodean.</p>		
Las etiquetas	Los alumnos reflexionarán sobre cómo los perciben los demás.	-Etiquetas -Marcadores	20 minutos
Desarrollo de la actividad	En esta actividad, se les dará la instrucción a los alumnos de que no pueden hablar hasta que los coordinadores lo indiquen. Se les pedirá que hagan dos filas, cada uno de los coordinadores les comenzará a pegar una etiqueta en su frente,		

	<p>la cual puede decir alguna de estas frases:</p> <p>Apréciame Ignórame Ríete de mi Salúdame con respeto Búrlate de mi Seamos amigos Ayúdame Mírame con asco</p> <p>Una vez que los todos tengan su etiqueta, comenzarán a caminar por el salón, haciendo exactamente lo que indica la etiqueta de sus compañeros. Deberán interactuar con la mayoría del grupo, no deben decir cuál es el mensaje de cada uno. Cuando el coordinador lo indique regresarán a su lugar. Posteriormente se les preguntará a los jóvenes, si pueden adivinar que dice su etiqueta.</p> <p>Enseguida se hará una reflexión sobre las etiquetas sociales, ya que nosotros llegamos a comportarnos como los demás nos dicen que somos. Por lo que debemos quitar las etiquetas y ser quien somos.</p>		
Conocimiento de uno mismo	Los alumnos reconocerán la percepción que tienen los demás sobre su persona y cómo ésta influye en su forma de ser	<ul style="list-style-type: none"> -Copia de el listado de palabras para cada equipo (Anexo 12) (Grupo Aprendizaje Emocional, 2007) -Hoja de respuestas para cada alumno -Lápiz o bolígrafo -Laptop -Cañón -Bocinas 	15 minutos
Desarrollo de la actividad	<p>Se les entregará una hoja con un listado de palabras y una hoja de respuestas, (Anexo 12) se les indicará, que deben leer esas palabras y colocar en cada columna, tres palabras, de cómo se expresan de ellos su madre, su padre, sus amigos, los compañeros del grupo y ellos mismos.</p> <p>Posteriormente, se proyectará un video de Angélica, en el que</p>		

	<p>nos narrará cómo se percibe a partir de los comentarios de los demás. Una vez concluido el video comenzará la reflexión sobre la actividad, haciendo hincapié en la influencia social sobre el autoconcepto, se les explicará que se debe estar siempre pendiente de nosotros mismos y reconocer las cosas por las que somos valiosos.</p> <p>La relación entre la primera parte de la actividad y la segunda consiste en la importancia que tiene la percepción que se tiene de uno mismo, primero la expresarán desde uno mismo y en segundo momento escucharán un testimonio, dónde den cuenta de la importancia que tiene ésta.</p>		
Buzón	Los alumnos compartirán alguna opinión duda o reflexión sobre los temas vistos hasta el momento.	Buzón	3 minutos
Desarrollo de la actividad	Los coordinadores como cada sesión dejarán disponible el buzón para que los alumnos depositen sus dudas.		
Cierre	Se verificarán los conocimientos de los alumnos acerca de los temas vistos.	Ninguno	3 minutos
Desarrollo de la actividad	Se dará cierre al tema visto y se responderán preguntas de los alumnos, en dado caso también se harán preguntas a ellos para verificar su comprensión.		

Sesión 7	Tema: Autocontrol “TRANQUI TRONCO”	Duración: 60 minutos	
Objetivo: Los alumnos conocerán algunas estrategias de autocontrol y cómo implementarlas en situaciones de violencia.			
Nombre de la técnica	Objetivo	Materiales	Tiempo
Saludo	Los alumnos conocerán cuáles son las actividades a realizar en la sesión.	Ninguno	5 minutos
Desarrollo de la actividad	Los coordinadores saludarán a los alumnos. Preguntarán si existen dudas o comentarios sobre la sesión anterior. De haberlos serán anotados y resueltos al final de la sesión. Posteriormente pasarán a la primera actividad		
¡Calabaza!	Los alumnos identificarán el concepto de autocontrol	Ninguno	10 minutos
Desarrollo de la actividad	Esta actividad se desarrollará en el patio de la escuela, se les pedirá a los alumnos que se coloquen en un extremo del patio y un coordinador delante de ellos, se les indicará a los alumnos que cuando éste esté de espaldas, ellos podrán caminar hacia él, cuando se de la media vuelta el coordinador gritará ¡calabaza!, en ese momento los alumnos deberán detenerse. Los alumnos que se muevan o continúen caminando, deberán regresar al lugar inicial. Y se repite la misma acción. El objetivo del juego es llegar hasta donde se encuentra el coordinador. Al finalizar, el coordinador junto con los alumnos hará la reflexión sobre el autocontrol, en este caso aprender a detenerse en el momento que se indica para así evitar consecuencias negativas.		
Dominado a la fiera	Los alumnos analizarán su conducta ante situaciones de enojo	Lápiz o bolígrafo Una copia del anexo 13	15 minutos
Desarrollo de la actividad	Los coordinadores darán lectura a un nuevo correo de Angélica (anexo 13) . En el cual ella relata una situación en la que se sintió enojada, molesta, triste con el acoso que recibía en la escuela. Después los alumnos identificarán en el relato: ¿Qué pensó? ¿Cómo se sintió? ¿Qué consecuencias le trajo actuar de esa manera? ¿Crees que exista otra manera de reaccionar? Posteriormente se les pedirá que recuerden una situación en la que se hallan sentido como Angélica y que contesten las		

	mismas preguntas. Compartirán las respuestas y se dará retroalimentación.		
Perdiendo el control	Los alumnos conocerán y aplicarán técnicas de autocontrol.	Ninguno	25 minutos
Desarrollo de la actividad	<p>Con los ejemplos que tienen los jóvenes, se comenzarán a exponer algunas alternativas de conducta, o técnicas de autocontrol , para que ellos las comiencen a llevar a cabo, entre las técnicas que se tiene planeado enseñarles están:</p> <p>Relajación: respiración profunda</p> <ul style="list-style-type: none"> • Inhala profundamente mientras cuentas mentalmente hasta cuatro • Mantén la respiración mientras cuentas mentalmente hasta cuatro • Suelta el aire mientras cuentas lentamente hasta ocho • Repite el proceso. <p>Auto verbalizaciones Las autoverbalizaciones son frases breves o palabras que te comienzas a decir mentalmente con intención de frenar tus pensamientos de tensión y poder otorgarte la posibilidad de controlar tus reacciones. Algunas que pueden utilizar son:</p> <p><i>autoverbalizaciones tranquilizadoras</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - calma - no te metas en líos - relájate - no vale la pena - ahora no lo voy a aclarar, mejor me tranquilizo y luego lo hablamos - respira y vete - cuenta hasta diez - es lógico que esté nervioso, respira <p><i>Autoverbalizaciones de control</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - soy capaz de controlarme - no voy a dejar que esto me domine - puedo manejar esta situación - ve con orden, di una cosa cada vez - mantén el volumen <p>Tiempo fuera Saldrás un momento del lugar donde se está dando el altercado. En ese periodo breve de tiempo deberás buscar un modo de provocar que disminuya la tensión que acumulas, utilizando alguna de las técnicas anteriores, las Autoverbalizaciones o la respiración, posteriormente cuando</p>		

	estés más tranquilo regresa e intenta solucionar el problema. Finalmente se les pedirá a los alumnos que en la parte de atrás, escriban una manera de solucionar el problema que ellos identificaron utilizando alguna de las estrategias de autocontrol.		
Buzón	Los alumnos compartirán alguna opinión duda o reflexión sobre los temas vistos hasta el momento.	Buzón	3 minutos
Desarrollo de la actividad	Los coordinadores como cada sesión dejarán disponible el buzón para que los alumnos depositen sus dudas.		
Cierre	Se verificarán los conocimientos de los alumnos acerca de los temas vistos.	Ninguno	3 minutos
Desarrollo de la actividad	Se dará cierre al tema visto y se responderán preguntas de los alumnos, en dado caso también se harán preguntas a ellos para verificar su comprensión.		

Sesión 8	Tema: Empatía “NO ERES TÚ, SOY YO”	Duración: 60 minutos	
Objetivo: Los alumnos conocerán qué es la empatía y cómo ponerla en práctica en situaciones de la vida diaria			
Nombre de la técnica	Objetivo	Materiales	Tiempo
Saludo	Los alumnos conocerán cuales son las actividades a realizar en la sesión.	Ninguno	5 minutos
Desarrollo de la actividad	Los coordinadores, saludarán a los alumnos y preguntarán si existen dudas o comentarios sobre la sesión anterior. De ser así serán anotados y resueltos al final de la sesión. Posteriormente pasarán a la primera actividad		
Mirada hacia adentro	Los alumnos reconocerán momentos en su vida donde hayan experimentado situaciones de violencia y que han hecho al respecto.	-Laptop -Cañón -Bocinas Lápiz o bolígrafo	20 minutos
Desarrollo de la actividad	<p>Se les mostrará a los alumnos el video “<i>el sándwich de Mariana</i>” https://www.youtube.com/watch?v=f-8s7ev3dRM</p> <p>Al final de la proyección, los alumnos analizarán cuáles son las emociones y los sentimientos que se desarrollaron en el video</p> <p>Después de ver los videos, los alumnos comentarán si en alguna ocasión vivieron algo similar a lo anteriormente visto y si así lo desean compartirán la experiencia.</p> <p>Se concluirá la actividad reflexionando acerca de la importante que tiene cada experiencia en nuestra forma de ser.</p>		
¡Eureka!	Los alumnos se pondrán en el lugar de Angélica para idear estrategias para combatir el bullying valorando lo revisado hasta el momento.	-Hojas blancas -Lápices	10 minutos
Desarrollo de la actividad	Los coordinadores pedirán a los alumnos que reflexionen acerca de qué emociones tuvo Angélica durante la situación que atravesó, escribirán una carta al respecto y compartirán con lo aprendido hasta el momento de qué forma pudiera ella al fin ser libre.		

	Se retroalimentará a los alumnos y se llegará a una posible solución para Angélica.		
Leonardo y Alberto	Los alumnos reflexionarán acerca de la importancia de la percepción que tenemos acerca de los demás.	Una copia del texto Alberto y Leonardo (anexo 14) para los equipos	10 minutos
Desarrollo de la actividad	<p>Los alumnos se deberán organizar en equipos de 5 personas máximo 6, posteriormente los coordinadores les entregarán a cada equipo una hoja ya sea Leonardo o Alberto (anexo 14). Deberán debatir entre ellos, las siguientes preguntas</p> <ul style="list-style-type: none"> • Si este chico estuviera en tu clase ¿Qué pensarías de él? • Si este chico estuviera en tu clase ¿cómo te comportarías con él? • ¿Serían amigos? • ¿Cómo crees que será en cinco años? <p>Se les darán 5 minutos para que discutan, posteriormente se les pedirá que lean sus respuestas y las compartan con el grupo.</p> <p>Al finalizar se les dirá a los jóvenes que los personajes que acaban de leer son LEONARDO DA VINCI y ALBERT EINSTEIN. Y se les pedirá que den su punto de vista ahora que saben quiénes son. Además se realizará una reflexión sobre la empatía, el ponerse del otro lado, ponerse los zapatos del otro y comenzar a pensar en lo que siente y piensa el otro.</p>		
Trasplante de corazón	Los alumnos reconocerán la importancia y la valía de las demás personas.	-Pizarrón -Plumón para pizarrón -Hojas blancas	10 minutos
Desarrollo de la actividad	<p>Así como están en equipos, se les leerá la siguiente historia: <i>Son cirujanos de un gran hospital. Pertenecen a una comisión que debe tomar una importante decisión. Tienen siete pacientes en espera urgente de un trasplante de corazón. ¿Qué paciente consideran que debería recibir el corazón? ¿Por qué?</i></p> <p>Posteriormente se escribirá en el pizarrón las personas a las que pueden salvar:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Una famosa neurocirujana de 31 años en la cima de su carrera. No tiene hijos. 		

	<ul style="list-style-type: none"> • Una niña de 12 años. Estudia música. • Un profesor de 40 años. Tiene dos hijos. • Una chica joven de 15 años embarazada. Soltera y sin hijos. • Un sacerdote de 35 años. • Un joven de 17 años, es mesero y mantiene a sus padres con sus ingresos • Una mujer científica a punto de descubrir la vacuna contra el SIDA. No tiene hijos, es lesbiana. <p>A continuación se les dará 5 minutos para que discutan entre ellos, qué decisión tomarían y por qué. Para finalizar cada equipo leerá su respuesta y nos comentará que tan difícil fue tomar la decisión. Los coordinadores realizarán nuevamente una reflexión acerca de lo importante que es ponerse en el lugar del otro, en todo momento, no por el bienestar del otro sino también por el de uno mismo.</p>		
Buzón	Los alumnos compartirán alguna opinión duda o reflexión sobre los temas vistos hasta el momento.	Buzón	3 minutos
Desarrollo de la actividad	Los coordinadores como cada sesión dejarán disponible el buzón para que los alumnos depositen sus dudas.		
Cierre	Se verificarán los conocimientos de los alumnos acerca de los temas vistos.	Ninguno	3 minutos
Desarrollo de la actividad	Se dará cierre al tema visto y se responderán preguntas de los alumnos, en dado caso también se harán preguntas a ellos para verificar su comprensión.		

Sesión 9	Tema: Comunicación grupal	Duración: 60 minutos	
Objetivo: Los alumnos conocerán y aplicarán estrategias para mejorar la comunicación con otras personas			
Nombre de la técnica	Objetivo	Materiales	Tiempo
Saludo	Los alumnos conocerán cuales son las actividades a realizar en la sesión.	Ninguno	5 minutos
Desarrollo de la Actividad	Los coordinadores preguntarán a los alumnos si existen dudas o comentarios sobre la sesión anterior, de haberlos, serán anotados y resueltos al final de la sesión. Posteriormente pasarán a la primera actividad.		
¿Me escuchas?	Los alumnos reconocerán la importancia de escuchar al otro.	-Una copia de los dibujos (anexo 15) -Una hoja para cada alumno -Lápices	10 minutos
Desarrollo de la Actividad	<p>A los alumnos se les entregará una hoja blanca. Posteriormente se elegirá a un alumno al azar y se le pedirá que se quede enfrente del grupo dándole la espalda al grupo. A continuación se les indicará a los alumnos que deben escuchar muy bien a las instrucciones que dé el compañero, deberán realizar el dibujo que él les indique. No puede voltear ni puede hacer señas con las manos. Sólo debe hablar.</p> <p>Los demás alumnos deberán hacer un dibujo lo más cercano a la descripción que se dio su compañero.</p> <p>Se realizarán 3 dibujos diferentes con tres personas diferentes. Al final se evaluarán los dibujos, cuál es el más parecido al original.</p> <p>Además se hará la reflexión acerca de la importancia que tiene escuchar a los demás y cómo esto es la base para una cultura de la negociación.</p>		
Ensalada de palabras	Los alumnos reconocerán la importancia de trabajar en equipo y de escuchar a los demás al momento de trabajar.	Periódico Plumón para pizarrón Hoja para cada equipo	15 minutos

Desarrollo de la Actividad	<p>Enseguida se les pedirá a los alumnos que se organicen en equipos de 5 a 6 personas, posteriormente se les entregará una hoja por equipo, a continuación se seleccionará a un alumno al azar y se le pedirá que pase al frente del grupo, se le entregará un periódico y se le vendarán los ojos, éste deberá hojear el periódico y señalar 5 palabras, las cuales se escribirán en el pizarrón, cada uno de los equipos tendrá 10 minutos para inventar una historia coherente, en la cual se utilicen las 5 palabras.</p> <p>Todos los miembros del grupo deberán participar en la elaboración de la historia. Al finalizar el tiempo se dará lectura a cada una de la historias.</p> <p>Finalmente se hará una análisis de la dinámica con las preguntas :</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Les costó trabajo organizarse? • ¿Qué fue lo más complicado de la dinámica? • ¿Cómo se organizaron? • ¿Cómo mezclaron las ideas de todos para que quedara la historia? • ¿Cuál sería la importancia de negociar? • ¿Cómo utilizarían esta estrategia en una situación de violencia? 		
Te culpo a ti	Los alumnos aprenderán el uso de mensajes yo, para mejorar la comunicación con las personas que les rodean.	-Hojas blancas -Lápices	15 minutos
Desarrollo de la Actividad	<p>Los coordinadores organizarán a los alumnos en parejas. Una vez en su lugar, se les pedirá que escriban un comentario o algo que le quieran decir a la otra persona, a manera de reclamo, una vez terminado esto. Al azar, los coordinadores pasarán al frente a una de las parejas, entonces les pedirán que se digan el uno al otro lo que escribieron, posteriormente los coordinadores, preguntarán a la pareja cómo se sintieron al escuchar lo que su pareja dijo. A partir de ello se explicará a los alumnos que existe una manera mejor de comunicarse la cual es a través de los mensajes YO, con la siguiente estructura::</p> <p>Se escribe en primera persona comenzando : YO</p> <p>Después va acompañado de la emoción o sentimiento: Yo me siento triste</p> <p>Posteriormente la consecuencia que tuvo la acción del otro y finalizar con una sugerencia para evitar que suceda otra vez:</p>		

	<p>Yo me siento triste porque lo que tú me dijiste no fue de la manera más adecuada, entonces te sugiero que de ahora en adelante lo hagas de una manera cortés.</p> <p>Y así sucesivamente irán pasando una a una las parejas, poniendo en práctica los mensajes yo, en cada intento los alumnos y coordinadores retroalimentarán a la pareja en turno.</p>		
Lo que siento y lo que digo	Los alumnos pondrán en práctica lo aprendido en los mensajes yo.	-Hojas blancas -Lápices	10 min
Desarrollo de la Actividad	<p>Los coordinadores pedirán a los alumnos que redacten un mensaje donde apoyen a Angélica a comunicarle a sus que fue víctima de bullying.</p> <p>Se comentarán las respuestas y se retroalimentará a los alumnos.</p> <p>Posteriormente los alumnos redactarán un mensaje de algo que quisieran decirle a sus padres y que no habían contado, no se les pedirá que lo lean, al finalizar se pero comentarán las que impresiones tuvieron al escribir ese mensaje.</p>		
Buzón	Los alumnos compartirán alguna opinión duda o reflexión sobre los temas vistos hasta el momento.	Buzón	3 minutos
Desarrollo de la Actividad	Los coordinadores como cada sesión dejarán disponible el buzón para que los alumnos depositen sus dudas.		
Cierre	Se verificarán los conocimientos de los alumnos acerca de los temas vistos.	Ninguno	3 minutos
Desarrollo de la Actividad	Se dará cierre al tema visto y se responderán preguntas de los alumnos, en dado caso también se harán preguntas a ellos para verificar su comprensión.		

Sesión 10	Tema: Cierre	Duración: 60 minutos	
Objetivo: Se evaluarán los conocimientos adquiridos durante todo el taller			
Nombre de la técnica	Objetivo	Materiales	Tiempo
Saludo	Los alumnos conocerán cuáles son las actividades a realizar en la sesión.	Ninguno	5 minutos
Desarrollo de actividad	Los coordinadores saludarán a los alumnos y preguntarán si existen dudas o comentarios sobre la sesión anterior. De haberlos serán anotados y resueltos al final de la sesión. Posteriormente pasarán a la primera actividad.		
Receta de la felicidad	Los alumnos expresarán los aprendizajes obtenidos en el taller, con respecto al manejo emocional.	Hojas blancas Colores Lápiz Bolígrafo	10 minutos
Desarrollo de actividad	Se dividirá a los alumnos en equipos, posteriormente se les dará una hoja blanca, en la que en colaboración de todos los integrantes deberán escribir una receta para la felicidad; deberán plasmar qué ingredientes son necesarios para ser felices dentro del salón de clases, cada miembro del equipo deberá escribir al menos un ingrediente. Se les dará unos minutos, al finalizar cada equipo expondrá su receta al grupo.		
Historieta	Los alumnos demostrarán los conocimientos aprendidos en el taller sobre el tema de bullying.	Una cartulina para cada equipo Colores, lápices, marcadores.	20 minutos
Desarrollo de actividad	Así como están en equipos se les entregará a cada equipo una cartulina y se les pedirá que realicen una historieta en 4 cuadros sobre el tema "BULLYING" la historieta debe contener : <ul style="list-style-type: none">• Definición de bullying• Definición de un tipo de bullying• Consecuencias para los implicados• Alternativa para resolver conflicto Se les darán 15 minutos para terminar. Al finalizar cada equipo expondrá su historieta, y se hará una reflexión sobre los aprendizajes obtenidos en el taller.		

El precio de la libertad	Los alumnos tomarán decisiones con base a lo aprendido durante el taller	Ninguno	15 min
Desarrollo de actividad	<p>Los coordinadores con base a los resultados obtenidos, tomarán la decisión de comunicarles a los alumnos si Angélica será libre o no; en función de lo que los alumnos aprendieron durante el taller.</p> <p>Si lo hicieron, Angélica será libre y se dará retroalimentación acerca del esfuerzo que han hecho los alumnos durante las sesiones y se darán puntos a reforzar.</p> <p>En caso de que los alumnos no hayan mostrado constancia, esfuerzo, sobre todo aprendizaje y disposición al cambio; se les comunicará que los esfuerzos no fueron suficientes para apoyar a Angélica, ella estará atrapada hasta que ellos mismos tengan la valentía y disposición de mejorar la convivencia dentro de su salón de clases.</p>		
CUVE	Conocer de qué forma es la interacción dentro del grupo	Una copia del instrumento CUVE (García, Álvarez y Núñez, 2011) para cada alumno	5 Minutos
Desarrollo de actividad	Los coordinadores proporcionaran una copia del CUVE (Anexo1), los alumnos tendrán 5 minutos para contestarlo.		
Trueque	Los alumnos externalizarán su opinión acerca del taller y los coordinadores	Papeletas Lápiz o bolígrafo Paletas	5 minutos
Desarrollo de actividad	Se les entregará a los alumnos unas papeletas, una de color azul y una de color rojo; cada papeleta corresponderá a un coordinador, en la papeleta ellos deberán escribir algún mensaje hacia los coordinadores acerca de cómo les pareció su trabajo y qué aprendieron del taller. Posteriormente los alumnos lo colocarán dentro del buzón y los coordinadores les entregarán un dulce a cambio de las papeletas.		
Cierre	Se verificarán los conocimientos de los alumnos acerca de los temas vistos.	Ninguno	5 minutos
Desarrollo de actividad	Se dará cierre al taller y se responderán preguntas de los alumnos, en dado caso también se harán preguntas a ellos para verificar su comprensión.		

4.2 Taller para padres

La duración de este taller es de 3 sesiones, en las que los padres conocerán los conceptos básicos de lo que es el bullying, cómo diferenciarlo de otras conductas violentas, tipos de acoso, cómo identificar a los participantes y qué papel están jugando sus hijos, además de aprender qué hacer ante el acoso; es decir, las acciones que deben tomar ante un caso de bullying y a dónde acudir en caso de ser necesario.

A continuación se presentan las 3 sesiones, en cartas descriptivas, cada una contiene el tema de la sesión, su duración, objetivo, las dinámicas y las instrucciones de cómo llevar a cabo cada sesión

Sesión 1	Tema: Definición de bullying ¿Mi hijo sufre de bullying?	Duración: 1 hora 20 minutos	
Objetivo: Los padres de familia identificarán el papel que desempeñan sus hijos en una situación de bullying, a través del concepto de bullying, sus diferencias entre otras conductas violentas y las características de los participantes.			
Nombre de la técnica	Objetivo	Materiales	Tiempo
Presentación	Los padres de familia conocerán los objetivos y los temas que se abordarán durante el taller.	Ninguno	10 minutos
Desarrollo de la actividad	<p>Los coordinadores se presentarán con los padres de familia y darán a conocer los objetivos del taller.</p> <p>Además propondrán algunas reglas a seguir durante estas sesiones:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Todos tienen derecho de hablar si piden la palabra (alzar la mano) 2. Escuchar a quien está hablando 3. Participar, aunque no es de carácter obligatorio. 4.No celulares, u objetos que puedan ser distractores. 		

Lo que yo espero es...	Los padres de familia describirán las expectativas que tienen acerca del taller.	-Fichas bibliográficas -Plumones, plumas o colores	10 minutos
Desarrollo de la actividad	<p>Se pedirá a los padres de familia que en fichas bibliográficas escriban su nombre o como les gustaría que se les nombre dentro del taller.</p> <p>Las fichas se recogerán al finalizar cada sesión y se entregarán al inicio.</p> <p>Posteriormente se les pedirá que se presenten, mencionen a qué se dedican y qué esperan del taller.</p>		
El dibujo de mi hijo	Los padres reconocerán el impacto que tiene la violencia en el hogar dentro del salón de clases	-Hojas blancas -Plumones, plumas, lápices	10 minutos
Desarrollo de la actividad	<p>Los coordinadores pedirán a los padres de familia que en una hoja blanca hagan un dibujo de sus hijos, se les darán unos minutos y una vez terminado esto se les pedirá que arruguen la hoja lo más que puedan.</p> <p>Una vez hecho lo anterior se les dará la indicación de que traten que la hoja quede tal como estaba.</p> <p>Se les preguntará si la hoja quedó como antes y se hará la reflexión del impacto que tiene la violencia y la agresión sobre los niños.</p> <p>Posteriormente se les indicará que estas situaciones repercuten en la forma en la que se conducirán dentro del salón de clases.</p> <p>Además harán una valoración de las cosas positivas que pueden rescatar de la interacción que tienen con sus hijos.</p>		
Conozcamos el bullying	Los padres de familia propondrán definiciones acerca del bullying	Laptop Cañón	20 minutos
Desarrollo de la actividad	En esta parte se les presentará un video, donde Angélica presenta su caso a los padres, mencionando cómo era su vida en la escuela, mostrando además una definición de lo que es el acoso, en qué consiste y cómo es que sus padres se percataban de situaciones y no hacían nada al respecto.		

	Una vez terminado esto se hará una reflexión donde se les explicará de manera más precisa en qué consiste y cuáles son sus diferentes respecto a otros tipos de violencia.		
Señales de advertencia	Los padres de familia identificarán si sus hijos se encuentran involucrados en situaciones de bullying	Una copia del cuestionario señales de advertencia para cada padre de familia. (Anexo 16) Lápices o bolígrafos	5 minutos
Desarrollo de la actividad	<p>A continuación se presentará otro video, donde ahora Angélica relata, cómo fue su cambio de conducta de cuando empezó a ser víctima, agresora y observadora de bullying.</p> <p>Posteriormente los coordinadores darán a los padres de familia una copia del cuestionario "Señales de advertencia".</p> <p>Posteriormente se comentarán las respuestas y se les indicarán las posibles señales mediante las cuales podrán determinar si sus hijos están involucrados en situaciones de bullying.</p>		
Buzón	Los padres expresarán sus dudas e inquietudes sobre el tema del día	Buzón	5 minutos
Desarrollo de la actividad	Los coordinadores indicarán a los padres de familia que se les dará la oportunidad de expresar inquietudes o resolver dudas acerca del tema o alguna experiencia personal y que para ello al finalizar cada sesión podrán depositar en el buzón sus comentarios.		
La papa caliente	Los padres de familia demostrarán lo aprendido dentro de la sesión	-Pelota	15 min
Desarrollo de la actividad	<p>Se pedirá a los padres de familia que se sentarán formando un círculo, los coordinadores explicarán que se va a jugar a la papa caliente, se les proporcionará una pelota y comenzará el juego.</p> <p>Cuando se le caiga la pelota a alguien o termine la canción esta persona tendrá que responder una pregunta que los coordinadores colocarán dentro de trozos de papel.</p> <p>Si responde correctamente el juego continuará, en caso de que no sea así se pedirá a un voluntario que responda la pregunta,</p>		

Cierre	Dar por terminada la sesión aclarando dudas y haciendo una reflexión del tema revisado	Ninguno	5 minutos
Desarrollo de la actividad	Los coordinadores aclararán dudas a los padres de familia y darán una breve explicación de lo que se verá en la siguiente sesión.		

Sesión 2	Tema: ¿Qué debo hacer en caso de bullying?	Duración: 1 hora 15 minutos	
Objetivo: Los padres de familia conocerán estrategias de afrontamiento para combatir situaciones de bullying.			
Nombre de la técnica	Objetivo	Materiales	Tiempo
Saludo	Los padres de familia conocerán los objetivos de la sesión	Ninguno	-10 min
Desarrollo de la actividad	Los coordinadores darán a conocer los objetivos de la sesión asimismo se repartirán los gafetes.		
El baúl de los recuerdos	Los padres de familia reflexionarán acerca del uso de apodos.	Ninguno	-15 min
Desarrollo de la actividad	<p>Los coordinadores una vez repartidos los gafetes les indicarán a los padres de familia que piensen en cuando eran niños y los apodos que les ponían en la casa y en la escuela.</p> <p>De manera opcional se les pedirá que compartan su apodo y se les preguntará cómo se sintieron con ese apodo.</p> <p>Se terminará la dinámica explicando el impacto que tienen los apodos, sobre todo en la escuela, ya que esto es una fuente de bullying dentro de la escuela.</p>		
Las caras del bullying	Los padres de familia identificarán los diferentes tipos de bullying	Laptop Cañón	-20 min
Desarrollo de la actividad	<p>Se les presentará a los padres de familia un video donde Angélica, relata las diferentes maneras en las que sufrió acoso; de igual manera se presentará un video donde Cesar relata las diferentes maneras en las que él acosaba a sus compañeros de clase; posteriormente se les pedirá a los padres que identifiquen qué tipo de acoso es el que recibía:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Físico • Verbal • Psicológico • Cibernético <p>Se dará una breve exposición y se aclararán dudas.</p>		
Mi experiencia es...	Los padres de familia reflexionarán acerca de alguna situación en donde hayan estado involucrados en alguna situación de	Ninguno	-15 min

	bullying		
Desarrollo de la actividad	<p>Los coordinadores pedirán a los presentes que se dividan en equipos de entre 3 y 4 personas, cuando lo hayan hecho pedirán que discutan alguna situación en la que hayan sido presas del bullying (tanto como agresores, como víctimas).</p> <p>Al terminar se comentarán algunos casos y discutirán con ayuda de los otros equipos a qué tipo de bullying perteneció lo narrado.</p>		
Estrategias de afrontamiento	Los padres de familia analizarán algunas estrategias para afrontar situaciones de bullying	Hojas blancas para cada equipo Lápiz o bolígrafo para contestar	-20 min
Desarrollo de la actividad	<p>Los coordinadores explicarán algunas estrategias con las cuales podrán combatir situaciones de bullying, como son:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mensajes yo • Asertividad • Autocontrol • Resolución de conflictos. <p>Una vez explicado esto, se les pedirá que a partir del caso de Angélica, de manera individual propongan cuál es la mejor estrategia que se pudo haber implementado para solucionar ese conflicto.</p>		
Buzón	Los padres de familia expresarán sus dudas e inquietudes sobre el tema del día	Buzón	-5 minutos
Desarrollo de la actividad	Los padres expresarán sus dudas e inquietudes sobre el tema del día		
Cierre	Dar por terminada la sesión aclarando dudas y haciendo una reflexión del tema revisado	Ninguno	-5 minutos
Desarrollo de la actividad	Los coordinadores aclararán dudas a los padres de familia y darán una breve explicación de lo que se verá en la siguiente sesión		

Sesión 3	Tema: ¿Qué otras alternativas tengo?	Duración: 1 hora 25 minutos	
Objetivo: Los padres de familia conocerán otras alternativas a las cuales pueden recurrir en caso de que sus hijos sufran de bullying			
Nombre de la técnica	Objetivo	Materiales	Tiempo
Saludo	Los padres de familia conocerán los objetivos de la sesión	No se requieren materiales	-10 min
Desarrollo de la actividad	Los coordinadores darán a conocer los objetivos de la sesión y se repartirán los gafetes.		
El semáforo	Los padres de familia clasificarán situaciones dependiendo del nivel de violencia y cómo pueden combatirlo	-Plumón de pizarrón	-20 min
Desarrollo de la actividad	<p>Los coordinadores explicarán a los padres que el bullying tiene diferentes implicaciones, así como también varios niveles, se les explicará a través del semáforo, en el cual dependiendo el color será la gravedad de la situación:</p> <p>-Verde: Situación de bullying controlable por parte del profesor.</p> <p>-Amarillo: Situación que rebaza la autoridad del profesor y se requiere de la intervención de directivos y padres de familia.</p> <p>-Rojo: Situación en la que la problemática está fuera de control y requiere del apoyo inclusive de instituciones.</p>		
El puño	Los padres de familia reflexionarán acerca de la importancia que tiene emplear la comunicación para resolver conflictos	Ninguno	-15 min
Desarrollo de la actividad	<p>Los coordinadores pedirán a los padres que piensen acerca de los beneficios de la comunicación.</p> <p>Para ello harán parejas en las cuales uno de los miembros cerrará uno de sus puños y el otro intentará abrirlo.</p> <p>Se les dará la instrucción: deben hacer que la otra persona abra el puño, utilicen la estrategia que les resulte más fácil. Pasado 2 minutos se preguntará si lo consiguieron.</p> <p>De ser así se preguntará como lo hicieron, en caso de que nadie lo consiga, los coordinadores dirán a los padres que</p>		

	<p>porque no le pidieron a la otra que abriera la mano. A partir de esto se realizará la reflexión sobre el uso de la violencia y la forma en la que se comunican sus hijos</p> <p>Ya que es de suma importancia saber comunicarse con sus hijos, profesores, autoridades y otros padres de familia, ya que muchas veces se recurre a la agresión, sin pensar que se pueden solucionar las diferencias de otra forma.</p>		
Apoyo adicional	Los padres de familia conocerán instituciones de apoyo a las cuales pueden recurrir en caso de que sus hijos sufran bullying	-Folletos para cada padre de familia. (Anexo 17)	-10 min
Desarrollo de la actividad	Los coordinadores harán llegar folletos a los padres de familia donde se colocará información acerca de lugares de apoyo contra la violencia y terapia psicológica; los coordinadores explicarán la importante contar con este recurso.		
A partir de ahora yo me comprometo a ...	Los padres de familia reflexionarán acerca de lo que deben de trabajar a nivel individual para apoyar a sus hijos.	-Hojas blancas Lápices o bolígrafos	-15 min
Desarrollo de la actividad	<p>Se pedirá a los padres que en una hoja en blanco pongan la frase “A partir de ahora yo... me comprometo a...”, pondrán su nombre y colocarán aspectos que creen que pueden mejorar o implementar con la finalidad de apoyar a sus hijos y estar más pendientes de su situación escolar.</p> <p>Al terminar firmarán ese compromiso ya que será para sus hijos y deben tener esas metas presentes.</p>		
Sopa de letras	Los padres de familia demostrarán los conocimientos aprendidos durante el taller.	-Sopa de letras anexo 18	-15 min
Desarrollo de la actividad	<p>Los coordinadores harán una sopa de letras en hojas de rotafolio, donde colocarán nombres de conceptos que se abordaron en la sesiones.</p> <p>Por ejemplo:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Bullying -Autocontrol 		

	<ul style="list-style-type: none"> -Verbal -Agresor -Asertividad -Psicológico -Familia -Comunicación <p>Se dividirán en parejas (dependiendo del número de asistentes) y cada pareja deberá encontrar una palabra en el turno que les corresponde, una vez hecho esto deberán especificar en qué consiste el concepto que encontraron y poner un ejemplo.</p>		
Cierre	Dar por terminada la sesión y el taller, aclarando dudas y haciendo una reflexión del tema revisado.	Ninguno	-10 minutos
Desarrollo de la actividad	Los coordinadores aclararán dudas a los padres de familia y se les pedirá que hagan una reflexión sobre el taller, cuáles fueron aprendizajes, qué se llevan del taller, y cuál es su perspectiva ahora sobre el bullying. Para finalizar, se presentará un video donde Angélica, da las últimas recomendaciones a los padres sobre lo que deben hacer y que no deben hacer, ante un caso de bullying, ya sea que tengan hijos agresores, víctimas u observadores.		

4.3 Taller para profesores

La duración del taller es de una sesión, tomando en cuenta el tiempo reducido que tienen los profesores, ya que es su horario de trabajo el que se estaría ocupando. En la sesión los profesores conocerán los conceptos básicos de lo que es el bullying, cómo diferenciarlo de otras conductas violentas, tipos de acoso, cómo identificar a los participantes y lo más importante, qué tienen que hacer ellos como profesores para que esto comience a disminuir dentro del salón de clases.

A continuación se presenta la sesión, en una carta descriptiva que contiene el tema de la sesión, su duración, objetivo, las dinámicas y las instrucciones de cómo llevar a cabo.

Sesión 1	Tema: Conociendo más del bullying	Duración: 60 Minutos	
Objetivo: Los profesores desarrollarán habilidades para el manejo de situaciones de bullying dentro del aula			
Nombre de la técnica	Objetivo	Materiales	Tiempo
Saludo	Los profesores conocerán a los coordinadores y los objetivos del taller	Ninguno	5 minutos
Desarrollo de la actividad	Los coordinadores se presentarán con los profesores, les explicarán el objetivo del taller y la manera en la que se va a trabajar.		
¿Quién soy?	Los profesores reconocerán a los miembros del grupo	Fichas para los profesores	5 minutos
Desarrollo de la actividad	A continuación se les pedirá a los profesores que se presenten con el grupo, se les entregará una ficha donde escribirán su nombre y lo colocarán en un lugar visible para todos. Posteriormente cada uno se pondrá de pie y dirá su nombre, la		

	materia que imparte y cuál es su expectativa del taller.		
Bullying o no bullying, ese es el dilema	Los profesores aprenderán la definición de bullying y conflicto escolar	Una hoja para cada profesor Plumón para pizarrón Laptop Cañón	10 minutos
Desarrollo de la actividad	<p>En este momento se les explicará a los profesores que en este taller se presentará la vida de Angélica, una joven que nos ayudará, mediante su testimonio, a comprender algunos aspectos del bullying. Se les presentará el video de Angélica, donde habla de cómo eran los problemas que presentaba en el salón de clases, describiendo situaciones en las que los profesores pudieron hacer algo para ayudarla. Así mismo se presentará un video de la vida de Cesar, en el que relata, como es el papel rotativo del bullying, es decir cuando él fue víctima, observador y agresor en el salón de clases, y como era la reacción de los profesores ante esta problemática.</p> <p>Se les entregará a los profesores una papeleta donde escriban si la situación presentada es o no es bullying y por qué además, que escriban para ellos qué es bullying.</p> <p>Posteriormente los coordinadores, darán una exposición en la que ilustren los puntos básicos del Bullying y cómo diferenciarlo del conflicto escolar. La exposición se basará sobre los puntos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qué es bullying • Qué es el conflicto escolar • Regla de las tres C • Implicados • La rotación de los papeles de los implicados • Bullying hacia los profesores 		

	Finalizada la exposición, se les pedirá a los profesores que compartan cuál era su opinión antes y después de la exposición de los coordinadores.		
Todo esto es bullying	Los profesores conocerán los diferentes tipos de bullying	Plumón para pizarrón Laptop Cañón	10 minutos
Desarrollo de la actividad	<p>A continuación se presentará otro video dónde Angélica narra las diferentes maneras en las que ella era acosada, cómo se sentía y lo que regularmente hacía ante esto, además de cuáles fueron los cambios conductuales que tuvo en el salón de clases.</p> <p>Posteriormente se les pedirá a los profesores que indiquen cuáles son los tipos de acoso que identifican en el caso de Angélica:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Físico, • Verbal, • Psicológico, • Cyberbullying. <p>Después se hará una reflexión con los profesores, partiendo de las siguientes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿En tu salón de clases has presenciado alguno de estos tipos de acoso? • ¿Qué piensas cuando se presenta una situación de este tipo? • ¿Qué sientes cuando presencias una situación de este tipo? • ¿Qué haces al respecto? <p>De igual manera, los profesores reflexionarán sobre los comportamientos que tienen los alumnos cuando son víctimas de acoso, para que resulte más fácil para ellos identificar y hacer algo al respecto.</p>		
Y yo como profesor ¿Qué	Los profesores conocerán diversas	Plumón para pizarrón	10 minutos

hago?	estrategias para el afrontamiento de situaciones de bullying dentro del aula	Laptop Cañón	
Desarrollo de la actividad	<p>A continuación se presentará un video, donde Angélica expondrá como es que los profesores actuaban ante el acoso que ella ejerció y el que sufrió en el salón de clases, las medidas que tomaron y porque es que no cambiaba su comportamiento.</p> <p>Enseguida los coordinadores, mediante una exposición mostrarán a los profesores, algunas estrategias de cómo actuar ante situaciones de bullying, entre las que se encuentran:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Habilidades sociales • Asertividad • Solución de conflictos • Autocontrol • Manejo de límites en el aula 		
Ya sé que se hace	Los profesores demostrarán su aprendizaje acerca del tema	Plumón para pizarrón	10 minutos
Desarrollo de la actividad	A partir del caso de Angélica, los profesores expondrán, qué harían ellos en caso de presentarse una situación similar en su grupo, tanto con la víctima, agresor y observadores. Se anotarán en el pizarrón las ideas principales de cada comentario y al final se comentarán.		
La papa caliente	Los profesores demostrarán lo que aprendieron de los temas abordados en la sesión.	-Pelota	-15 min
Desarrollo de la actividad	Los coordinadores pedirán a los profesores que se sienten en círculo y a continuación se les indicará que jugarán a la papa caliente, una vez que la canción haya terminado o la pelota se haya caído se le hará una pregunta al profesor.		

	<p>En caso de que no la respuesta o no esté completa su respuesta, se pedirá a algún voluntario que responda. En caso de que no, los coordinadores podrán dar la respuesta.</p> <p>La meta no es ganar o perder se trata de reafirmar lo aprendido.</p>		
Cierre	Los profesores reflexionarán acerca de la problemática de violencia escolar	Ninguno	5 minutos
Desarrollo de la actividad	<p>Se reunirán en un círculo y cada uno comentará los aprendizajes obtenidos dentro del taller, cuál era su opinión antes y ahora qué le pareció, asimismo expresará si tiene alguna duda. Se contestarán las dudas y se dará por concluido el taller. Al finalizar se presentará un video de Cesar, dando los últimos consejos a los profesores de cómo actuar en situaciones de acoso en su grupo</p>		

CONCLUSIONES

El objetivo de esta tesis fue presentar un programa integral que ayude a enfrentar situaciones de bullying, debido a que ha sido un tema del cual los medios se han encargado de magnificar, a tal grado de que las personas utilizan la terminología como similar de cualquier tipo de agresión, ensombreciendo el problema real y no dándole la atención debida. Esto ha hecho que el problema hoy día coloque a México en el primer lugar de bullying a nivel mundial.

Aquí parte la primicia del trabajo, tomando en cuenta qué es lo que se está haciendo para atacar el problema y por qué no funciona lo que se está aplicando. De tal forma que la iniciativa es realizar esta propuesta de manera integral donde se incluya a toda la comunidad educativa; es decir alumnos, padres de familia y profesores, para no dejar a ningún integrante de la comunidad escolar sin el conocimiento y las herramientas necesarias para prevenir, contener y finalmente, llegar a erradicar el problema.

A lo largo de nuestra investigación se corroboró que el bullying o acoso escolar, es un tipo de violencia, y como lo marcan los autores, la violencia es algo aprendido, de tal modo que consideramos que se puede aprender a no ser violento, ya que los adolescentes no son violentos porque sea parte de su naturaleza, ni existe el bullying porque sea parte de la dinámica escolar o porque sea un juego; si no que este comportamiento se aprende y va orientado a dañar con toda la intención, este aprendizaje no es exclusivo de la escuela, ya que es un conjunto de comportamientos que vienen de los contextos donde se desarrolla el adolescente.

Así pues, si se desea erradicar un problema como lo es el bullying, no hay que implementar acciones dentro la institución educativa únicamente, si no también fuera de ella, en el contexto donde se está desarrollando; la familia, crear políticas que sustenten las medidas que proponen y sobre todo el conocimiento real de la problemática, de esta forma dejaremos de naturalizar la violencia y dejar de verla como un “deber ser” del adolescente.

Se encontró también, que la adolescencia es una etapa de cambios para el individuo, donde se está dando un reaprendizaje de lo que ha construido hasta ese momento, y se encuentra en una búsqueda de identidad, lo cual podría llevarlo a tomar dos caminos, uno en el que lo encamine a la violencia y otro que lo convierta en un individuo tolerante. Se podría decir, que la adolescencia es análogamente como el agua; cuando ésta es encausada adecuadamente, podemos dirigirla para obtener beneficios; sin embargo, cuando el agua está fuera de su cauce, lo que provoca es destrucción y caos. Los adolescentes actúan de una manera similar; su energía, sus inquietudes y constantes cuestionamientos, si son encaminados de una manera positiva, los resultados tanto para él como para la sociedad serán benéficos; de lo contrario podrían convertirse en conductas de riesgo, llevándolos en ocasiones por el camino de la violencia.

De tal forma se puede empezar a desmitificar al adolescente y no ver solamente el lado negativo como son cambios bruscos, rebeldía e inestabilidad; se debe dar cuenta que los jóvenes con su potencial y expectativas de desarrollo, pueden producir cambios positivos dentro de una sociedad, siempre y cuando los sepamos orientar y encausar dándoles alternativas y herramientas útiles, para afrontar situaciones de riesgo y mejorar su bienestar.

Ahora bien, para poder lograr lo anterior, es necesario comenzar el trabajo desde casa, ya que el cambio no se logrará si únicamente se trabaja en la escuela; la familia es el lugar donde se aprenden las conductas, y la escuela es donde se lleva a la práctica y se resignifican esos aprendizajes. Es importante destacar que si el estilo de crianza es disfuncional, carente de disciplina, sin comunicación, poco empático, existen agresiones físicas y psicológicas, prevalece un ambiente hostil, sobreprotección o descuido de los padres, y sobre todo, si no hay una figura de autoridad en el hogar, estas situaciones se reflejarán en la relación que se desarrolle con los profesores y compañeros, pues aprenderán que las reglas se pueden romper en cualquier momento y la forma de solucionar los conflictos no será la más adecuada; en consecuencia aumenta la probabilidad de que se vean involucrados en situaciones de bullying.

De aquí la importancia de considerar a la familia como contexto primordial para intervenir en situaciones de acoso; ya que los padres se encargan de promover conductas, estilos de vida, valores y formas de comunicación en el hogar, lo cual se va reafirmando y poniendo practica dentro del aula.

Hablando propiamente del bullying, se observó que el rol o papel de los implicados están en movimiento. Es decir, no es “fijo” dentro de un salón de clases pueden encontrarse al agresor, a la víctima y a los observadores, ya que la secundaria es un ambiente que permite este fenómeno, debido al constante cambio de materias o de profesores, regularmente cada hora. Esta situación propicia que cambie la dinámica del grupo escolar; aun cuando están en el mismo salón, cada uno de los estudiantes presenta de manera distinta o desarrolla las agresiones en diferentes modalidades, de aquí que resulta importante educar a los jóvenes de manera uniforme, sin distinción; es decir, que todos conozcan la problemática y que sepan desarrollar habilidades que les permitan identificar, prevenir y actuar de manera adecuada ante situaciones de bullying.

En esta revisión se encontró que la mayoría de los programas para combatir el bullying aplicados en México, se centran en brindar información únicamente a los alumnos promoviendo valores, comportamientos de compañerismo y reglas de convivencia, que si bien son una base y sirven para la modificación de conductas de los estudiantes, estos no son suficientes, ya que el trabajar únicamente con ellos no ayuda a resolver el problema, debido a que esto le resta responsabilidad a los profesores y padres de familia, haciendo que no cuenten con la información y las herramientas necesarias para combatir la problemática.

Por su parte los profesores deben ayudar a promover un clima educativo cálido y empático, donde se desarrollen habilidades para una mejor interacción, deben poner reglas, así como también ser una figura de autoridad a la cual los alumnos puedan acudir, cuando haya dificultades entre ellos; es decir, los docentes deben promover la confianza, el trabajo cooperativo, el respeto mutuo, la empatía y la tolerancia basada en la comunicación eficaz.

Específicamente para el taller de alumnos, se tomó en cuenta que están en una etapa de muchos cambios, tanto físicos como psicológicos y en búsqueda de su identidad, los cuales influyen en su percepción y modo de conducirse con los que le rodean, además de que dentro de esa búsqueda consigo mismo, terminarán tomando como modelo a seguir a aquella persona con la que comparten características y a partir de ello, perfilarán su propia forma de ser. Tomando en cuenta esta situación se decidió que el taller hiciera referencia a un personaje principal, llamado Angélica, con el objetivo de propiciar que los adolescentes sintieran empatía y se identificaran con las vivencias que ella relatará a lo largo de las sesiones, ya sea como víctimas, observadores o agresores; además de que el aprendizaje y la comprensión de los temas se facilitará, promoviendo la participación activa de los alumnos, elaborando alternativas y compartiendo experiencias personales.

A través del personaje de Angélica se espera que los alumnos se impliquen en el conocimiento, desarrollo y promoción de la cultura de la denuncia, debido al temor e inseguridad que viven dentro del salón de clases, haciendo que no se atrevan a exponer sus quejas por miedo a que no se les tome en cuenta y que éstas sean exhibidas ante sus compañeros, haciéndolos objetos de burlas y en el peor de los casos podría darse el caso de que los mismos agresores tomen represalias contra ellos. En otros casos los estudiantes prefieren dejar que esta situación se siga dando exponiendo de esta forma su integridad. Es importante mencionar que también dentro del grupo hay alumnos que no se dan cuenta de que están inmersos en una situación de bullying, pues están tan acostumbrados y

familiarizados a vivir situaciones violentas, que lo ven como parte de su vida diaria, como un juego o una forma de interactuar entre compañeros.

Es por ello que el taller ofrece a los alumnos un espacio en donde puedan expresar dudas e inquietudes de manera individual o en grupo, además de que se les proporcionen estrategias y recursos necesarios para que “levanten la voz”, dentro de un ambiente de cero tolerancia; es decir, cualquier cosa por más pequeña que ellos la perciban como violenta, es importante comentarla para encontrarle una solución y así evitar que sigan siendo víctimas de bullying, ya que el ser agresores u observadores no los exenta de que en algún momento se encuentren en el papel de víctima.

El dividir el taller en dos partes hace de éste, una propuesta integral y más completa debido a que además de conocer los conceptos, los alumnos pondrán en práctica lo aprendido, adquirirán herramientas y alternativas para comportamientos violentos; esperando que se promueva una interacción sana, en donde cada alumno pueda convivir y trabajar en equipo, tanto en situaciones escolares, como fuera de ellas. Lo anterior permitirá el desarrollo del autocontrol, la empatía y las habilidades sociales; los estudiantes podrán reaccionar de manera funcional ante las situaciones que se presenten, llevándolos a la solución de conflictos de una manera asertiva.

Asimismo, los alumnos comenzarán a crear sus propias estrategias de convivencia, donde se darán cuenta de que existen alternativas a su comportamiento violento (en el caso de los agresores), sumiso (en el caso de las víctimas) o indiferente (en el caso de los observadores); evitando caer en la intolerancia, incomprensión, falta de empatía, entre otros, dando pauta a la escucha activa, al pensar antes de actuar, reconocer sus propios sentimientos y emociones, así como los de los demás.

De igual manera dentro del taller se incluyen actividades que se trabajarán de manera simultánea con padres y profesores, lo cual se ha dejado de lado en otras intervenciones y en la presente propuesta, resulta innovador. Recordemos

que todas las conductas son aprendidas y el entorno donde se desarrollan la mayoría de ellas es dentro del seno familiar, de ahí la importancia que tiene este contexto para la prevención e intervención del problema. Así pues, se espera que los padres tomen conciencia acerca de que la convivencia familiar, las reglas y la comunicación con sus hijos, determinarán la conducta que los jóvenes manifestarán no sólo en escuela, sino también en los demás ámbitos en los que vean inmersos. Con la información proporcionada los padres identificarán características de conducta que les ayudarán a determinar qué papel juegan sus hijos dentro de una situación de acoso; con la finalidad de que puedan intervenir adecuadamente y abordar esta problemática dentro del hogar.

Por tanto se espera que los padres familia sean capaces de promover dentro del hogar valores, reglas de convivencia y sobre todo una comunicación efectiva, que traiga como consecuencia que se éstos se lleven a cabo dentro del salón de clases.

Con respecto a los profesores, el taller les permitirá diferenciar situaciones de acoso, de otras que no lo son; desarrollarán la capacidad de diseñar estrategias de prevención y en su caso de intervención. Adicionalmente, los profesores de la institución se apropiarán de una identidad como equipo docente; donde compartan opiniones y estén en constante comunicación con sus compañeros, en caso de detectar situaciones de bullying.

Este taller tiene la ventaja de ser versátil, permite ser aplicado ya sea uno o los tres talleres y aun así se tendrá un impacto dentro de la comunidad educativa; sin embargo, es importante realizar todos para obtener mejores resultados. Se recomienda que el taller se lleve a cabo al principio del ciclo escolar, con la finalidad de ir delimitando los alcances y efectos que está teniendo dentro de la comunidad. Otra de las ventajas de esta propuesta es la flexibilidad, ya que el taller se puede incorporar a las actividades escolares y reforzar los aprendizajes, además permite que se incluyan otras actividades no contempladas en las sesiones, como actividades extracurriculares, por ejemplo el cine-debate, los

juegos de roles, entre otras, para propiciar una mayor reflexión, conciencia cívica y moral, cambio de actitud y una mejor convivencia en todos sus contextos.

Al concluir el taller, tanto padres como profesores con la información, retroalimentación y estrategias aprendidas, podrán identificar, prevenir y dar el seguimiento adecuado a cualquier situación de bullying, evitando que continúe esta problemática.

Entre las limitaciones que presenta el proyecto, están las disposiciones físicas y técnicas de la escuela donde se aplique, ya que podría no contar con los materiales necesarios para el desarrollo de las actividades (cañón, conexiones, espacio, entre otros), además de manera general la asistencia y la disposición de los integrantes de la comunidad educativa.

Finalmente, es necesario darle seguimiento a lo desarrollado en los talleres, ya que no es suficiente que se realice en el momento en que se está impartiendo el taller, sino que es importante continuar evaluando de manera periódica a la comunidad educativa en donde se desarrolló; lo anterior no se ha implementado en ningún programa de intervención hasta el momento en nuestro país y esto es muy importante para identificar aspectos a modificar o innovar nuevas estrategias.

De la misma forma, para una mejor intervención es importante diseñar un instrumento que evalúe el nivel de bullying que se presenta en la escuela donde se aplique, ya que si bien existen instrumentos, cuestionarios o test que ayudan a vislumbrar los alcances de este fenómeno, son pocos los que se han elaborado en nuestro país, además de que evalúan otras situaciones y no propiamente el bullying.

BIBLIOGRAFIA

ACAAP. (2014). Comprendiendo el Comportamiento Violento de Niños y Adolescentes. Recuperado el 18 de Mayo de 2014 de: http://www.aacap.org/AACAP/Families_and_Youth/Facts_for_Families/Facts_for_Families_Pages/Spanish/Comprendiendo_el_Comportamiento_Violento_de_Ninos_y_Adolescentes_55.aspx

Alianza por la seguridad en internet (2012) Guía A.S.I. para prevención del ciber-bullying. pp. 5-27

Almanza, M. (2014). *Bullying en secundaria*. México. EMU. pp. 45-60

Aparicio, T. (2007). Cómo prevenir la violencia en los adolescentes. Recuperado el 18 de Mayo 2014 de: http://www.pulevasalud.com/ps/subcategoria.jsp?ID_CATEGORIA=9

ASAPMI (2010). Caracterización del bullying. Recuperado el 23 marzo 2014 de: <http://www.asapmi.org.ar/publicaciones/articulos/articulo.asp?id=16>

Basta de Bullying. (2011). Recuperado el 27 de Mayo del 2014 de: <http://www.bastadebullying.com/>

Cabezas, C. y Ramal, J. (2012). El bullying docente. Recuperado el 31 de Mayo del 2014 de: <http://www.joseramal.com/cursoblogs/?p=431>

Cardona, A., Durango, E., Patiño, M., Pulgarin, H. y Torres, P. (2012). *Determinación de riesgos y consecuencias que ocasiona el Bullying verbal en la institución educativa colegio Loyola para la ciencia y la innovación*. Institución educativa colegio Loyola para la ciencia y la Innovación lengua castellana. Medellín.

Carral, J. (2012). En qué consiste el bullying. Un poco de historia. Recuperado el 4 de febrero de 2014 de: <http://www.psicomejora.com/2012/03/28/en-que-consiste-el-bullying-un-poco-de-historia/>

Cobo, O. y Tello, P. (2008). Bullying en México: conductas violentas en niños y adolescentes. México: Quarzo. pp. 15-93

Consejo ciudadano DF. (2013). Juntos Contra el Bullying. Recuperado el 27 de Mayo del 2013 de: <http://www.consejociudadanodf.org.mx/bullying.php>

Flores, L. (2014). Causas del Bullying: Agresores. Recuperado en: http://acosoescolarmexico.mex.tl/267143_Agresores-del-Bullying.html

Furlan, A., Pasillas, M., Spitzer, T. y Gómez A. (2010). *Diagnóstico de la violencia escolar*. En: violencia en los centros educativos: conceptos, diagnósticos e intervenciones. Argentina. NOVEDUC. pp. 93-169.

Gallego, P. (2010). Papel del profesorado, padres y madres ante el acoso escolar. Recuperado el 30 de Mayo del 2014 en: <http://piligallego.wordpress.com/2010/06/05/papel-del-profesorado-padres-y-madres-ante-el-acoso-escolar/>

Gamboa, C. y Valdés, S. (2012). El bullying o acoso escolar. Estudio teórico conceptual de derecho comparativo e iniciativas presentadas en el tema. Dirección general de servicios de documentación, información y análisis. México. pp. 2-7

García, D., Álvarez, L., Núñez, L. (2011). Aprender a resolver conflictos (ARCO), España. CEPE. pp. 19-31

García, G., Joffre V., Martínez G. y Llanes, A. (2011) Ciberbullying: forma virtual de intimidación escolar. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, vol. 40 (1). 115-130.

Grupo Aprendizaje Emocional (2005) *Programa de educación emocional y prevención de la violencia. Segundo ciclo de la ESO*. España. Generalitat valenciana Conselleria D' Educació.

Grupo Aprendizaje Emocional (2007) *Programa de educación emocional y prevención de la violencia. Primer ciclo de la ESO*. España. Generalitat valenciana Conselleria D' Educació.

Hernández, J. (2011). Esbozo del fenómeno bullying en alumnos en la secundaria técnica #68 y cómo prevenirlo. Tesina. Universidad pedagógica nacional. pp. 17-20.

Iborra, I., Serrano, A. (2010). Diferencia entre violencia y acoso escolar. Recuperado el 12 de Agosto del 2014 en: <http://yolandalonso.blogia.com/2010/102803-diferencia-entre-violencia-y-acoso-escolar.php>

Jiménez, F. (2012). Conocer para comprender la violencia: origen, causas y realidad. *Convergencia. Revista de ciencias sociales*. Vol. 19 (58). 13-52

López, A., Domínguez, J. y Álvarez E. (2010). Bullying vertical: variables predictivas de la violencia escolar. *Revista de investigación en educación*. No. 8. 24-38.

López, E. (2013). Ley federal de justicia para adolescentes. La jornada. Recuperado el 26 de Mayo del 2014 de: <http://www.lajornadaguerrero.com.mx/2013/08/31/index.php?section=opinion&article=002a1soc>

Martín, A. (2009). El fenómeno del bullying o acoso escolar en nuestras aulas. *COMPARTIM: Revista de Formación del Profesorat*. No. 4. 1-5

Merayo, M. (2013). *Acoso escolar: Guía para padres y madres*. Madrid. CEAPA.

México opina. (2011). Combatir el 'bullying' debe ser tarea compartida del Estado y la sociedad. Recuperado el 18 de Mayo del 2014 de: <http://mexico.cnn.com/salud/2011/08/07/el-combate-al-bullying-debe-ser-tarea-compartida-del-estado-y-sociedad>

Monjas, M. (2009). Acoso entre iguales. El maltrato que sufren, ejercen y observan los menores entre ellos. En: *La víctima no es culpable: las estrategias de la violencia* (Pp. 111-145). España. Bilbao.

Olweus, D. (2006). *Conductas de acoso y amenazas entre escolares*. (Primera edición) Madrid. Morata.

Pérez, V. (2013) Bullying ¿qué ocurre cuando el profesor es la víctima?. El Universal. Recuperado el 23 de junio del 2014, de: <http://www.estampas.com/cuerpo-y-mente/131110/bullying-que-ocurre-cuando-el-profesor-es-la-victima>

Ramos, M. (2007). *Violencia escolar. Un análisis exploratorio*. Universidad Pablo de Olavide. Programa de doctorado desigualdades e intervención social.

Secretaría de Educación del Distrito Federal, Universidad Intercontinental (2009). Estudio exploratorio sobre maltrato e intimidación entre compañeros y compañeras. De: *Premio UNICEF somos comunidad educativa: hagamos equipo*. (Pp. 20-23) México.

Sánchez, I. (2009). Clima escolar y resolución de conflictos. Inmasanchez's Blog. Recuperado 2014-03-31:

<http://inmasanchez.wordpress.com/2009/12/27/clima-escolar-y-resolucion-de-conflictos/>

Sánchez, J. (2010) Jóvenes de otros mundos: ¿tribus urbanas? ¿Culturas juveniles? Aportaciones desde contextos no occidentales. *Cuadernos de antropología social*. No. 31. 121-143.

UNICEF (2011) La adolescencia temprana y tardía. Recuperado el 30 de abril 2014 de : <http://www.unicef.org/spanish/sowc2011/pdfs/La-adolescencia-temprana-y-tardia.pdf>.

Valadez, B. (2014). México es el primer lugar de bullying a escala internacional. Milenio. Recuperado el 27 de Mayo del 2014 en: http://www.milenio.com/politica/Mexico-primer-bullying-escala-internacional_0_304169593.html

Vázquez, C. (2013). El “bullying” cibernético como transgresor del proceso de enseñanza aprendizaje. *Revista Electrónica de Investigación de la Universidad de Xalapa*. No. 3. 4-12.

Anexos

Anexo 1:

Cuestionario CUVE

Cuestionario de Violencia Escolar CUVE

Señala con una equis (X) en qué grado consideras que ocurre cada uno de los hechos que a continuación se presentan.

Por favor contesta a todos los enunciados y hazlo marcando solo una respuesta para cada uno de ellos.

1. Nunca 2. Casi nunca, pocas veces 3. Algunas veces 4. Casi siempre, muchas veces 5. Siempre

	1	2	3	4	5
1. En mi clase los estudiantes insultan a sus compañeros					
2. En mi clase hay profesores que insultan a los alumnos					
3. En mi clase el alumno pone apodos molestos a los profesores					
4. En mi clase los estudiantes ponen apodos molestos a sus compañeros					
5. Hay profesores en mi clase que tiene manía a algunos alumnos					
6. Hay profesores en mi clase que ridiculizan a los alumnos					
7. Los estudiantes de mi clase hablan mal unos de otros					
8. Hay profesores en mi clase que no escuchan a los alumnos					
9. Estudiantes de mi clase esconden pertenencias de otros compañeros, para fastidiar					
10. Hay estudiantes en mi clase que roban cosas de los profesores					
11. En mi clase hay estudiantes que insultan a los profesores					
12. Estudiantes de mi clase amenazan a otros de palabra para meterles miedo u obligarlos a hacer cosas					
13. Hay profesores en mi clase que castigan injustamente					
14. Estudiantes de mi clase protagonizan agresiones físicas dentro del recinto escolar					
15. Estudiantes de mi clase rompen a propósito material de otro compañero					
16. Hay profesores en mi clase que no tratan por igual a todos los alumnos					
17. E mi clase hay alumnos que roban objetos o dinero de otros compañeros					
18. Hay estudiantes de mi clase que faltan el respeto a sus profesores en el aula					
19. Hay profesores en mi clase que bajan su calificación a algún alumno como represalia					
20. Estudiantes de mi clase amenazan a otros compañeros con navajas u otros objetos peligrosos para meterles miedo u obligarlos a hacer algo					
21. El alumnado de mi clase , para molestar deliberadamente a los profesores, esconde pertenencias del profesorado o material del centro necesario en su trabajo					
22. Hay profesores en mi clase que intimidan a algún alumno					
23. Hay profesores en mi clase que tiene preferencias por ciertos alumnos					
24. Estudiantes de mi clase causan desperfectos intencionadamente en pertenencias de profesorado					
25. Estudiantes de mi clase protagonizan agresiones físicas en las cercanías del recinto escolar					
26. En mi clase el alumnado habla mal de los profesores					
27. Estudiantes de mi clase roban objetos o dinero del centro educativo					
28. Estudiantes de mi clase rompen deliberadamente material del centro					
29. En mi clase hay alumnados que amenazan verbalmente a los profesores					

MUCHAS GRACIAS

Anexo 2:

**Primer correo de
Angélica**

Correo #1

11/07/14

Hoy no quiero ir a la escuela, y no es por las pesadillas que todos los días me despiertan a la media noche, recordándome lo que me espera al momento de que salga el sol.

Recordar es vivir, dicen algunos, para mi... recordar es morir, recordar el rostro de mis compañeros siendo humillados, avergonzados, y destrozados por las palabras y aquello a lo que yo llamaba juegos, cosas de chavos; sus rostros llenos de miedo, incertidumbre, las lagrimas rodando por sus mejillas diciéndome: "no más... no más Angélica... ¿porque lo haces?"

Fue divertido, si claro que lo fue, y como no va a ser divertido tener un poder, creer estar en la cima, controlar todo a tu paso. Las bromas eran divertidas, quitarle el dinero a Eli, arrojar los lentes de Juan por el escusado, darle sus zapas a "Marrano", de hecho nunca supe cual era su nombre, hasta la vez que encerramos a Valeria en el baño y se quedo ahí desde la primer hora hasta que salimos. Ahora todo está al revés, yo soy la que tiene el rostro lleno de miedo, la que llora y suplica ¡No más!, ¡Basta! ¡Detente! ¡Me lastimas!

Ahora cada día es lo mismo para mi, humillaciones en clase, bromas en educación física, vergüenzas en los recesos, que ya no puedo soportar más, me lastiman; cada palabra es como una cachetada, cada risa es como si me sacudieran la cabeza, cada empujón es como el corte de una navaja, y lo peor es que la tortura no termina en la escuela, ahora mis perfiles están plagados de insultos, de memes, de fotos donde me ridiculizan, incluso crearon una página que se llama "Porque no te mueres Angélica", a la que la mayoría de mis compañeros está suscrito en facebook y twitter, creo que hasta personas de otras escuelas están suscritos.

Lo he hablado con mis padres, con los profesores, incluso con personas que conocí en una página de chat, lo único que me dicen es que esas son cosas de chavos, que debo aguantar; lo que más me dolió fue el discurso de mi padre, yo recuerdo muy bien "la secundaria es el trampolín para la vida real, si aquí eres débil serás débil toda la vida, aprende a ser fuerte". Claro y ¿Cómo?, seré una mujer débil, qué sentido tiene ahora. Sin amigos, sin gente que realmente me escuche, sin personas a quien pedirle un abrazo, un consejo, una palmadita en la espalda. Nada no hay nada... si estás leyendo este correo, AYUDAME.

Anexo 3:

Test Verdadero o Falso

TEST DE VERDADERO O FALSO

A partir de los siguientes enunciados se debe elegir cual está hablando de una situación verdadera y cual de una situación falsa.

- El *bullying* es una broma entre niños y niñas.
- Si eres víctima de *bullying*, puedes sentir miedo, tristeza y no tener ganas de ir a la escuela.
- Si eres diferente a los demás, mereces que te hagan *bullying*.
- Si te agreden, es por tu culpa.
- Ser agredido es algo normal que les pasa a todos los niños y niñas.
- El *bullying* afecta al que es molestado/a, al que molesta y a los compañeros y compañeras que observan lo que pasa.
- Es completamente normal que alguien te golpee sin razón.
- En la secundaria está permitido molestar tus compañeros.
- Si le cuentas al profesor que alguien te molesta es porque eres un débil.
- El profesor puede ponerte apodos y tú a él.
- Es mejor sólo ver y quedarse callado cuando molestan a alguien ya que si decimos algo nos pueden golpear.

Anexo 4: El semáforo

EL SEMAFORO

Instrucción: Coloca al término de cada oración, si la situación planteada corresponde a una situación de bullying o no y porque.

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

**Anexo 5:
Test Averigua ¿Cuánto
sabes del bullying?**

Test Averigua cuanto sabes del bullying

Instrucciones: De los siguientes puntos, elige cual se acerca más a tu punto de vista

1- El *bullying* es:

- a) Un pasatiempo.
- b) Algo normal que pasa mientras crecemos.
- c) Es un abuso y causa dolor.
- d) Una broma.

2- ¿Cuáles son algunas de las consecuencias del *bullying*?

Marca todas las que correspondan.

- a) Sentir miedo.
- b) Abandonar la escuela.
- c) Bajas calificaciones.
- d) No tiene consecuencias.

3- ¿A quién afecta el *bullying*?

Marca todas las que correspondan.

- a) A los niños y niñas que sufren el *bullying*.
- b) A los niños y niñas que lo ven, los testigos.
- c) A los que atacan.
- d) A todos y todas.

4- ¿Qué puedo hacer para detener el *bullying*?

Marca todas las que correspondan.

- a) Quedarme callado y mirar para otro lado.
- b) Con mis compañeros y compañeras ir a decirle al agresor que pare.
- c) Contarle al maestro o maestra, o a algún adulto de la escuela.
- d) Decirle a mi papá o mamá.

Anexo 6: El anuario

Hoy me levanté sin ánimo de nada y como en estos días solo miro por la ventana, aunque me arrepentí de haberlo hecho, todo iba bien, hasta que vi pasar a Paulina y Valeria, antes eran mis amigas, pero ahora eran parte de mis pesadillas.

Me acorde cuando hacíamos travesuras juntas, éramos las mejores amigas, las “best friend”, todos nos respetaban, pero ahora ya no pertenezco a ellas, desde que comenzaron a enviarme esas imágenes y mensajes burlándose cuando me encerraron en el baño comprendí lo que los de primero sentían cuando yo las ayudaba a enviar esos mensajes.

Antes me burlaba de Luisa porque no podía caminar bien, ella quiso ser mi amiga pero la alejé, cuando quise que alguien me escuchara, ella ya no estaba para mi, dejó de acercarse después de tantos apodosos que le puse y lo mal que hablaba de ella.

Ahora que necesitaba de alguien que me defendiera nadie lo hizo, todos se burlaban de mi cuando regresaba a casa con el uniforme sucio, en el mejor de los casos nadie decía nada, como cuando me quedaba viendo a Sonia y Miguel y no hacía nada para defenderlos, al contrario creo que esa actitud hacia que los siguieran molestando, pero nunca supe bien porque lo hacían, eran los mejores del salón, tal vez por pura envidia.

Antes mi mayor sueño era ser novia de Cesar, el era popular y todos lo obedecían, pero jamás imagine que llegara a sentir miedo hacia él, no quiero que me vea, no quiero que me encuentre.

Tengo tanto miedo..



ANUARIO ZERO C GENERACIÓN 2012



Francisco Peláez Vázquez



Citlali Magaly Godínez



Sonia Berenice Delgado R.



Paulina Suarez Tejada



Miguel Ángel Rueda León



Luisa Fernanda Amador G.



Elizabeth Ramos Espinosa



Juan Antonio Rivas Márquez



Valeria Cruz Santiago



Brenda Caballero Solís



César Gustavo Duarte Frías



Luis Alberto Manzano D.

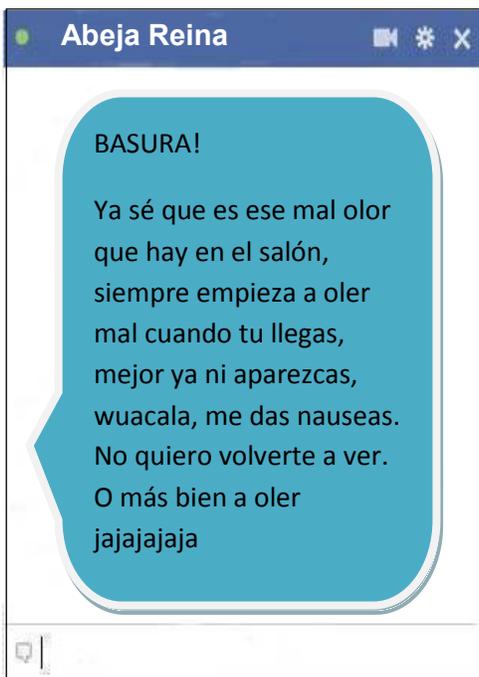
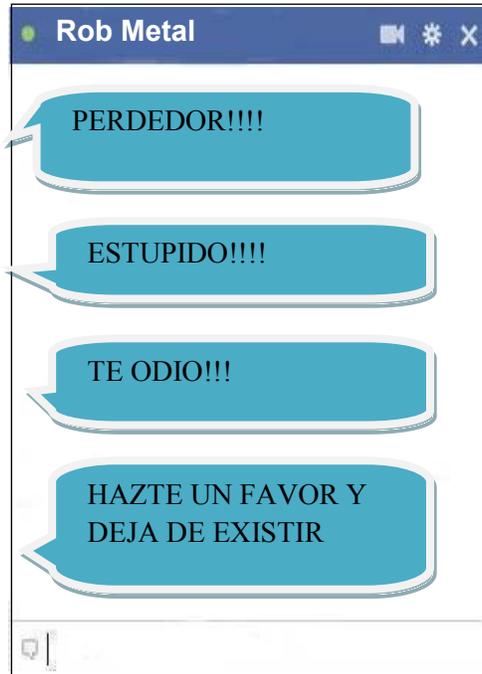
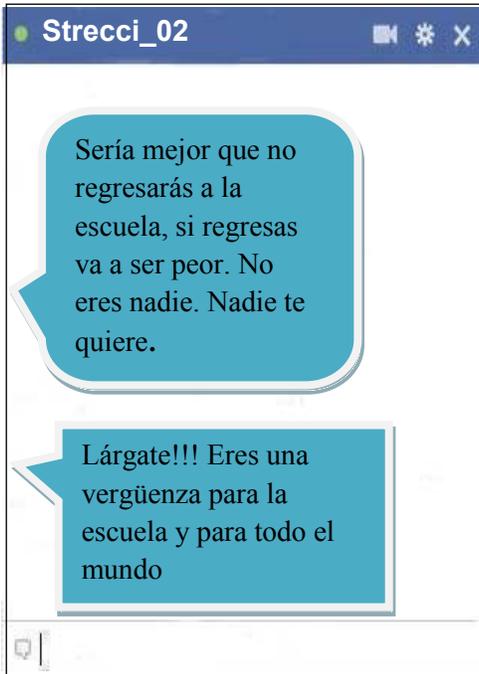
Anexo 7: Memorama

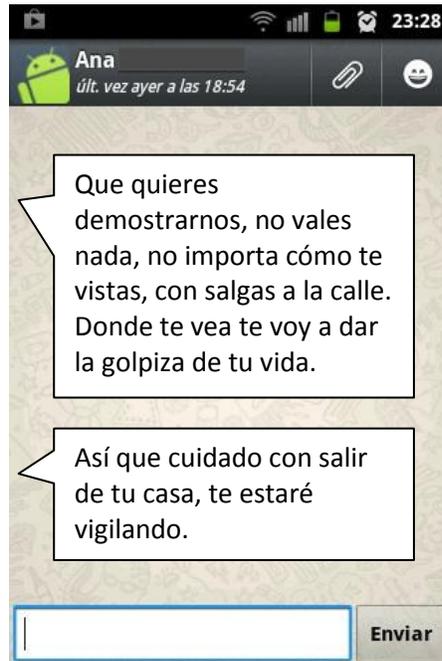
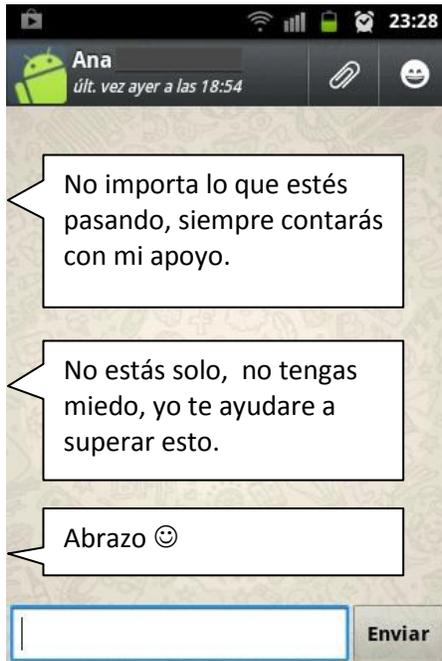
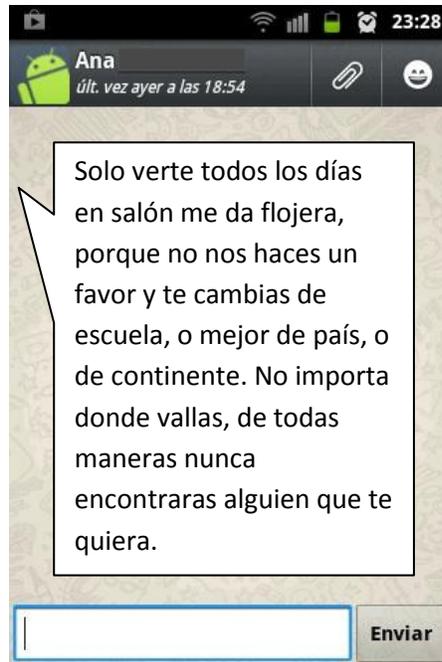
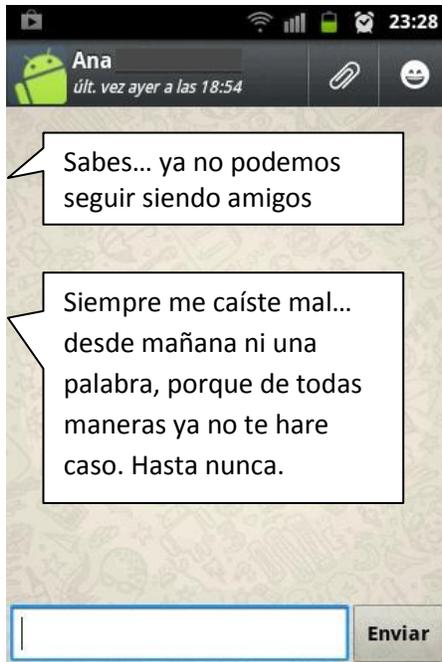
<h1>Violencia</h1>	<p>Es el tipo de interacción humana que se manifiesta en aquellas conductas o situaciones que, de forma deliberada, aprendida o imitada, provocan o amenazan con hacer daño o sometimiento grave (físico, sexual, verbal o psicológico) a un individuo o a una colectividad.</p>
<h1>Bullying</h1>	<p>Es cualquier forma de maltrato psicológico, verbal o físico producido entre miembros de una comunidad escolar de forma reiterada a lo largo de un tiempo determinado tanto en el aula, como a través de las redes sociales,</p>
<h1>Moobing</h1>	<p>Es tanto la acción de un hostigador u hostigadores conducente a producir miedo, terror, desprecio o desánimo en el trabajador afectado hacia su trabajo, como el efecto o la enfermedad que produce en el trabajador.</p>
<h1>Conflicto Escolar</h1>	<p>Discusiones, malentendidos y diferencias que provocan confrontaciones entre miembros de la comunidad escolar, ya sean accidentales o provocadas, que pueden solucionarse llegando a acuerdos entre las partes involucradas.</p>
<h1>Observador</h1>	<p>Aquella persona que observa impunemente y, sin hacer nada por evitar ni por favorecer, la acción del agresor/es sobre la/s víctimas que son quienes la reciben más directamente.</p>

<h1>Verbal</h1>	<p>Se caracteriza por el uso de insultos, burlas, chismes e incluso apodosos ofensivos para causar daño y agredir emocionalmente a alguien generalmente menor, más débil o incapaz de defenderse</p>
<h1>Trabajo cooperativo</h1>	<p>Es un enfoque que trata de organizar las actividades dentro del aula para convertirlas en una experiencia social y académica de aprendizaje. Los estudiantes trabajan en grupo para realizar las tareas de manera colectiva.</p>
<h1>Asertividad</h1>	<p>Habilidad de expresar nuestros deseos de una manera amable, franca, abierta, directa y adecuada, logrando decir lo que queremos sin atentar contra los demás. Negociando con ellos su cumplimiento</p>

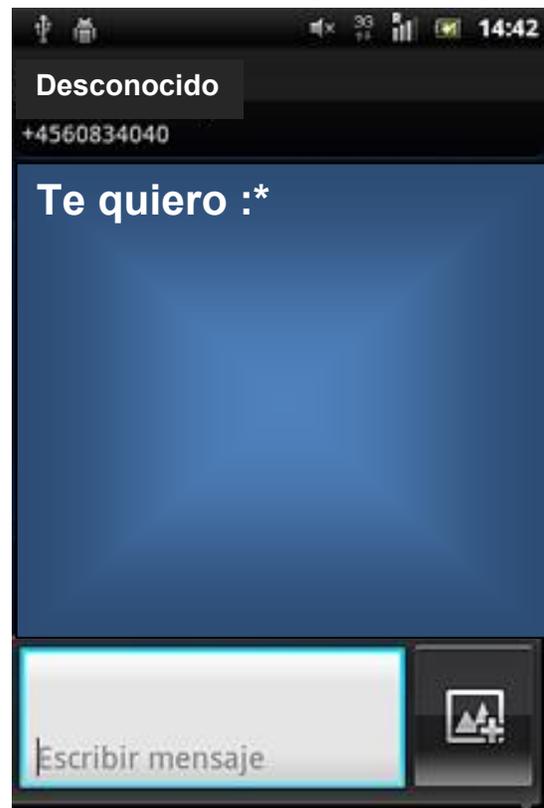
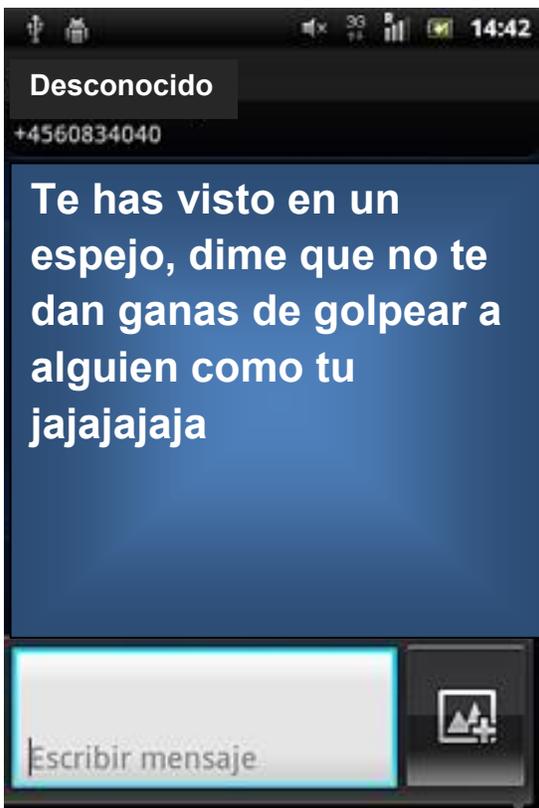
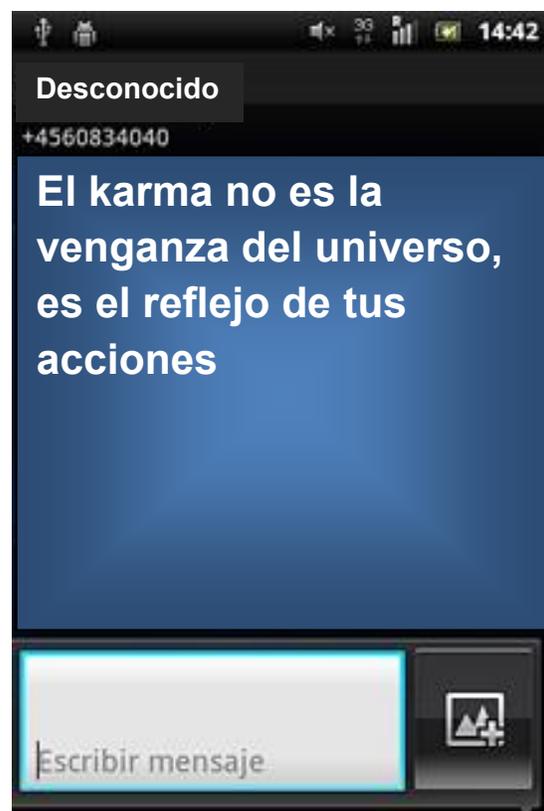
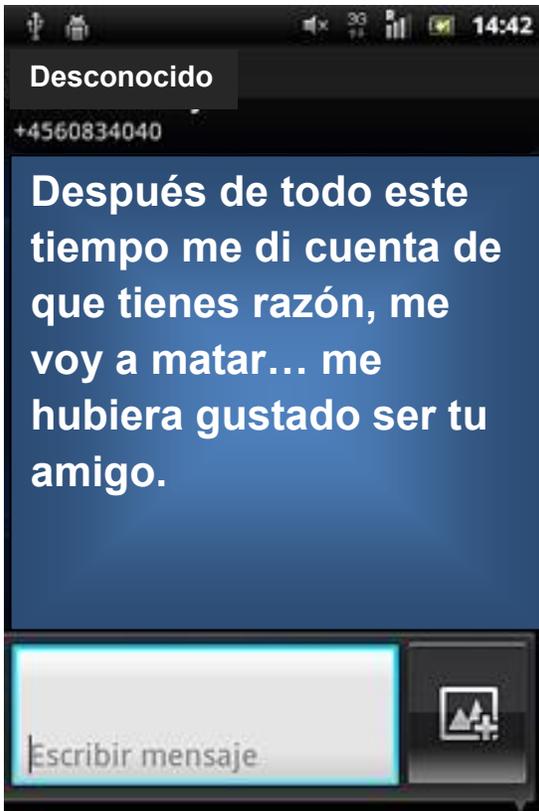
Anexo 8

Tienes un mensaje









Anexo 9

La silueta de mi mano

La silueta de mi mano

Hay 5 cosas que deberías hacer si te encuentras en una situación de maltrato:

1. Intenta mantener la calma. Si gritas o lloras puedes empeorar la situación. Si ven que te molestan lo pueden repetir para “divertirse”.
2. No respondas de la misma forma: pegar o responder con insultos complica la situación. Di algo como “No me hables así”, o pregunta: “¿No tienes nada mejor que hacer?”. No respondas como él o ella espera. Utiliza la imaginación.
3. Intenta hablar amistosamente, utiliza las respuestas asertivas que hayas practicado en casa o en clase.
4. Abandona el lugar. A menudo la mejor solución es escapar de la situación y buscar la ayuda de un adulto. Esto no es una cobardía, es actuar con inteligencia.
5. Háblalo con alguien. Explícaselo a tu maestro/a o a un adulto. No tenemos que callar estas situaciones. Denunciar una situación de maltrato no es ser cobarde, es defender un derecho fundamental.

Anexo 10:

Cuento de la cebolla

EL CUENTO DE LAS CEBOLLAS

Había una vez un huerto lleno de hortalizas y árboles frutales. Daba gusto sentarse a la sombra de los arboles a contemplar aquel paisaje y escuchar el canto de los pájaros. Pero un buen día, empezaron a nacer unas cebollas especiales. Cada una tenía un color diferente: rojo, amarillo, naranja, morado...

Los colores eran deslumbrantes, como el color de una mirada o de un bonito recuerdo. Después de falsas investigaciones, resultó que cada cebolla tenía dentro, en el mismísimo corazón (porque las cebollas tienen su corazón), una piedra preciosa. Esta tenía un topacio, la otra un rubí, la de mas allá esmeralda...

Pero por alguna incomprensible razón se empezó a decir que aquello era peligroso, inadecuado y hasta vergonzoso. Total, que las bellísimas cebollas tuvieron que empezar a esconder su piedra preciosa con capas, cada vez más oscuras y feas, para disimular como eran por dentro. Hasta que empezaron a convertirse en unas cebollas de lo más vulgar.

Pasó entonces por allí un sabio, que gustaba sentarse a la sombra del huerto y que sabía tanto que entendía hasta el lenguaje de las cebollas y empezó a preguntarles:

-¿Por qué no eres como eres por dentro?

Y ellas respondieron:

-Me obligaron a ser así...

-Me fueron poniendo capas... incluso yo me las puse para que no me dijeran...

Algunas cebollas tenían hasta diez capas y ya casi ni se acordaban de porque se pusieron las primeras. Y al final el sabio se puso a llorar.

Y cuando la gente lo vio llorando, pensó que llorar ante las cebollas era propio de las persona inteligentes. Por eso todo el mundo sigue llorando cuando una cebolla nos abre su corazón. Y así será hasta el fin del mundo.

Reflexión

Personal:

¿Cuáles son tus capas?

¿Cuál es tu piedra preciosa?

¿Cómo puedes quitar tus capas?

¿Qué crees que es más importante? ¿Por qué?

- Saber organizarse
- Divertirse
- Quererse
- Relacionarse

En grupo:

¿Qué obligo a la cebolla a ponerse capas?

¿Cómo crees que se sentían?

¿Cómo podrían liberarse de sus capas?

¿Puede ocurrir algo parecido con las personas?

Anexo 11: Antes del bullying

Correo #2

21/07/14

Extraño mucho aquellos días, si tuviera la oportunidad de regresar el tiempo y viajar a una época sin duda escogería el año pasado, la mejor etapa de mi vida.

Hacia mi vida normal, tenía amigas, me gustaba un chavo, me gustaba ver la televisión cuando llegaba de la escuela, después me conectaba en el face y el twitter para mantenerme al tanto de los chismes y publicaciones de mis artistas favoritos y de los chavos de la escuela.

Después salía a correr al parque, hacia mi tarea platicaba otro rato con mis amigas y me iba a dormir. Platicaba mucho con Marina, es una mujer trabajadora, estricta pero siempre estaba interesada en lo que yo le contaba y lo que pasaba en mi vida, sin duda ella sabe más cosas de mí que yo misma. Y bueno, una vida sencilla para una chava, pensaba yo, ahora que lo recuerdo suena genial

Dentro del salón de clases las cosas marchaban bien, el grupo B, había de todo en ese grupo, ya saben los mataditos, los deportistas, las bonitas, las zorras, los barberos, los que nadie recuerda y por supuesto los raritos.

A simple vista todo parecía normal, cada grupo hacia lo que acostumbra hacer, y parecía que lo normal de grupo pasaba todos los días. Yo no me metía con nadie, nadie se metía conmigo, así era...

Anexo 12: Conocimiento de uno mismo

Conocimiento de uno mismo

Lee y anota al menos tres de estos adjetivos que pienses que tus profesores, tus padres, tus amigos y tú mismo destacarías de ti (puedes elegir cualquier adjetivo que te parezca adecuado).

Lista de palabras descriptivas

Valiente	Sincero	Optimista	Pesimista
Confiado	No cooperador	Orgullosa	Cauteloso
Alegre	Infeliz	Limpio	Obsesivo
Desobediente	Débil	Estúpido	Insoportable
Amistoso	Listo	Ingenioso	Agresivo
Grosero	Atrevido	Caprichoso	Desastroso
Feliz	Cauteloso	Valiente	Cobarde
Obediente	Cooperador	Honesto	Inteligente
Popular	Enérgico	Inseguro	Servicial
Descarado	Enfadado	Perezoso	Fuerte

DESCRIPTORES			
Profesores	Padres	Amigos	Yo mismo

- Siempre hay aspectos que te gustan de ti mismo y de los que te sientes orgulloso. ¿De qué te enorgulleces?

- Hay otros aspectos que te entristecen y te avergüenzan y que desearías cambiar para ser diferente y mejorar tu autoestima. ¿En qué aspectos desearías ser diferente? (escribe como menos dos atributos)

Anexo 13:

Dominando a la fiera

Correo #3**5/08/14**

Me han llegado correos donde me preguntan que porque lo hacía, porque molestaba a mis compañeros en la escuela, y luego porque me dejaba molestar por ellos a tal grado de ya no querer regresar a la escuela.

Y bueno realmente no tengo la respuesta para ello, pero si les puedo contar algo. Cuando yo era la persona que agredía a los demás, me sentía fuerte, creía que así nadie se metería conmigo y como no tener miedo si ves lo que lo otros le hacen a tus compañeros, eso de meterlos en el bote de basura o encerrarlos en el baño era lo de menos. Así que comenzó a hacerlo y me funciono, solo que se me pasó la mano y bueno ya saben lo que paso.

Sin embargo cuando a mi me tocaba que me hicieran, no era tan diferente, también lo que sentía era miedo, una angustia terrible cada vez que Marina me decía que ya era hora de ir a la escuela, de llegar al salón y esperar cual era el recibimiento del día. Fue ahí cuando empecé a pensar que ya no tenía caso ir a la escuela, pensé que lo que decían de mi era verdad y que estar sola en la escuela era lo más terrible que te puede pasar.

También, me daban muchas ganas de vengarme de todos los que me habían hecho algo, total, yo también me se eso de las bromas, los apodos y como provocar el miedo que sentía en ese momento. Será esta la mejor alternativa.

Y ahora yo te pregunto, ¿de qué lado estás? ¿Tú como te sientes? ¿Tú que harías?

Anexo 14: Alberto y Leonardo

Alberto

Es un chico del primer ciclo de educación secundaria que ha recibido un certificado médico en donde se le dice que debido a sus crisis nerviosas es necesario que deje los estudios durante un curso. El chico, por otra parte, no es un buen estudiante, no tiene amigos, los profesores lo consideran un caso problemático y su padre se avergüenza del él debido a su falta de habilidad atlética. Todo esto le influye para tener una mala adaptación escolar. En su desarrollo evolutivo hay que notar que habló demasiado tarde. Tiene conductas raras y sus padres lo miran como diferente.

- Si este chico estuviera en tu clase ¿Qué pensarías de él?
- Si este chico estuviera en tu clase ¿Cómo crees que te comportarías con él?
- ¿Cómo crees que será dentro de cinco años?

Leonardo

Es un chico de seis años. Tuvo la cabeza abultada al nacer. Se cree que la tenido meningitis. Tres hermanos suyos murieron antes de que él naciera. Su madre no está de acuerdo con sus parientes y vecinos, que le dicen que su hijo es subnormal. Enviado el chico a la escuela, el maestro cree que tiene una enfermedad mental. Su madre se enfada, saca al niño de la escuela y decide enseñarle ella misma.

- Si este chico estuviera en tu clase ¿Qué pensarías de él?
- Si este chico estuviera en tu clase ¿Cómo crees que te comportarías con él?
- ¿Cómo crees que será dentro de cinco años?

Anexo 15:

Me escuchas

Figura 1

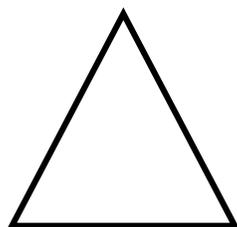


Figura 2

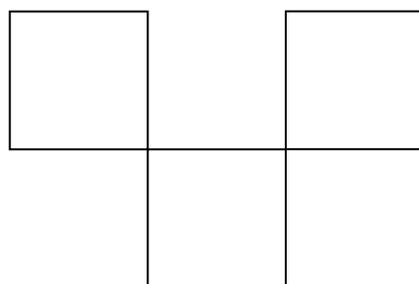
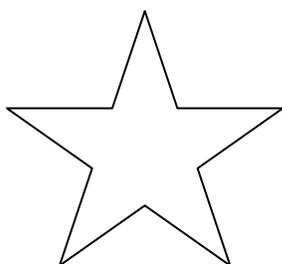


Figura 3



Anexo 16:

Señales de advertencia

Señales de advertencia

Instrucciones: Marca con una **X** si ha notado alguno de los siguientes comportamientos en tu hijo/hija.

Tiene más dinero del que puede explicar o tiene nuevos objetos personales	
Muestra actitud desafiante de confrontación con personas adultas	
No hace caso a las normas de la escuela o de la casa	
Debe tener siempre la razón	
Quiere decididamente ganar en todo y no sabe perder	
Echa a otros la culpa de sus problemas	
Trata de dominar y/o manipular a sus compañeros	
Físicamente es más grande y más fuerte que sus compañeros	
Es impulsivo y se molesta fácilmente	
Parece obtener satisfacción o placer del miedo la incomodidad o el dolor de otros	
Se muestra muy poco empático y compasivo con los demás	
Parece dispuesto a abusar de otras personas para conseguir lo que quiere	
Sabe ocultar sus actos negativos o llevarlos a cabo sin que los adultos se enteren	
Apenas muestra arrepentimiento por sus comportamientos negativos	
Presupone que siempre se le malinterpreta, que siempre se le falta al respeto y que siempre se meten con él; por eso ataca antes de que lo ataquen	
Obtiene de otras personas más atención negativa de la normal	
Parece antisocial o carente de habilidades sociales. Le cuesta trabajo encajar en grupos.	
Ha dejado de realizar actividades que para él resultaban placenteras	
Duerme más de lo habitual	
Ha fingido estar enfermo para no asistir a la escuela	
Ha llegado con el uniforme sucio, rasgado o manchado	

Anexo 17

Información adicional

Para ello revisa esta información adicional, que te será de ayuda si notas que la situación que vive tu hijo sale de tu control:

Secretaría de Educación Pública: 01800-11-ACOSO (22676) para atender, prevenir e informar sobre el tema.

Centro de prevención del delito: <http://portal2.edomex.gob.mx/ipd/no-te-expongas/bullying/index.htm>

Red por los derechos de la infancia en México: http://www.derechosinfancia.org.mx/Red/red_esp1.htm

Consejo ciudadano de seguridad pública y procuración de justicia del DF: <http://www.consejociudadanodf.org.mx/bullying.php>



¿Qué puedo hacer ante una situación de bullying?



BASTA DE BULLYING

NO TE QUEDES CALLADO

Para empezar... ¿Qué es el bullying?

Es cualquier forma de maltrato psicológico, verbal o físico producido entre miembros de una comunidad escolar de forma reiterada a lo largo de un tiempo determinado tanto en el aula, como a través de las redes sociales.



¿Cómo padre qué puedo hacer?

Lo principal es establecer un vínculo de confianza y comunicación, recuerda que es importante establecer valores desde el hogar.

Ojo: La escuela no educa, la educación viene desde casa.

Procura estar al pendiente de cada cambio de conducta que presenta tu hijo, es indispensable que lo conozcas.

Trata de comprenderlo y siempre escucha lo que tiene que decirte, toma en cuenta que ellos también tienen problemas.

No dejes todo a los profesores, pon tu granito de arena y colabora directamente en las cuestiones académicas.

Lo fundamental es la COMUNICACIÓN, sobre todo si ya identificaste que tu hijo es participante dentro de una situación de bullying.



¿Qué hago si la situación sale de mis manos?

Es normal encontramos ante situaciones que no podemos resolver, sin embargo la cuestión no es quedarnos callados, siempre hay que buscar soluciones.

Anexo 18:

Sopa de letras

SOPA DE LETRAS DE BULLYING

Instrucciones: Busca en la siguiente sopa de letras las palabras que se te indican a continuación. Buena suerte 😊

Z	F	T	H	V	E	R	B	A	L
D	B	G	Y	J	U	I	O	G	Ñ
D	C	U	X	Z	B	A	V	R	L
A	O	D	L	R	O	G	S	E	O
D	M	A	S	L	C	D	F	S	R
I	U	H	J	K	I	L	Z	O	T
V	N	X	C	V	G	N	B	R	N
I	I	M	G	T	O	R	G	J	O
T	C	Q	D	T	L	J	M	O	C
R	A	W	F	G	O	B	L	A	O
E	C	Q	S	M	C	T	N	X	T
S	I	F	A	M	I	L	I	A	U
A	O	T	U	R	S	S	I	Ñ	A
W	N	D	Y	I	P	O	P	L	C

-Bullying
-Autocontrol
-Verbal
-Agresor

-Asertividad
-Psicológico
-Familia
-Comunicación

