

Universidad Siglo 21



Trabajo Final de Grado

Plan de intervención

Licenciatura en Psicología

Educación Emocional para Prevenir el Acoso Escolar

Emotional Education to Prevent Bullying

I.P.E.M N° 193 José María Paz

María Lucía Owen

Legajo: PSI04453

DNI: 42694541

Tutora: Fernanda Ghio

Córdoba, junio de 2024

Índice

Resumen	2
Introducción	4
Línea Estratégica de Intervención	6
Síntesis de la Organización	10
Delimitación del Problema	16
Objetivos	18
Justificación	18
Marco Teórico	23
Plan de Acción	35
Resultados Esperados	57
Conclusión	58
Referencias	60
Apéndice	64

Resumen

El siguiente Plan de Intervención tiene como tema principal la educación emocional como herramienta para prevenir el acoso escolar. Según Bisquerra (2003), los programas de intervención enfocados en abordar el acoso escolar a través de la educación emocional se están volviendo cada vez más necesarios. Luego de un análisis del I.P.E.M. N° 193 José María Paz, de Saldán, Córdoba, se detectó la presencia de desafíos en la convivencia entre alumnos de primer año, como la necesidad de crear entornos saludables, aulas habitables y la falta de espacios donde los alumnos expresen sus necesidades e inquietudes y sean escuchados. A partir de esto, se estableció el objetivo de ejecutar un proyecto de educación emocional destinado a alumnos y docentes de primer año para contribuir a la prevención del acoso escolar. Para lograr este objetivo se brindará un taller psicoeducativo de seis encuentros para fomentar el desarrollo de diversas habilidades emocionales en los alumnos, como la regulación emocional y competencias sociales que busca mejorar la convivencia y prevenir el acoso escolar. También se trabajará con docentes y directivos de la institución, en una capacitación sobre el acoso escolar y luego se realizará un protocolo para abordarlo, a lo largo de seis encuentros. Al final de ambas actividades se implementarán los instrumentos diseñados para evaluar el taller y la capacitación para asegurar el cumplimiento de los objetivos y la efectividad del plan de intervención.

Palabras Clave: Educación Emocional - Acoso Escolar - Taller Psicoeducativo - Capacitación Docente - Prevención

Abstract

The following Intervention Plan has as its main theme emotional education as a tool to prevent bullying. According to Bisquerra (2003), intervention programs focused on addressing bullying through emotional education are becoming increasingly necessary. After an analysis of I.P.E.M. N° 193 José María Paz, in Saldán, Córdoba, the presence of challenges in coexistence among first year students was detected, such as the need to create healthy environments, livable classrooms and the lack of spaces where students express their needs and concerns and are listened to. Based on this, the objective was established to implement an emotional education project aimed at first year students and teachers to contribute to the prevention of bullying. To achieve this objective, a psycho-educational workshop of six meetings will be offered to foster the development of various emotional skills in students, such as emotional regulation and social competencies that seek to improve coexistence and prevent bullying. Teachers and directors of the institution will also be trained on bullying and then a protocol to address it will be developed during six meetings. At the end of both activities, instruments designed to evaluate the workshop and the training will be implemented to ensure compliance with the objectives and the effectiveness of the intervention plan.

Keywords: Emotional Education - School Bullying – Psycho-educational Workshop - Teacher Training - Prevention

Introducción

El siguiente Plan de Intervención forma parte del Trabajo Final de Grado de la Licenciatura en Psicología de la Universidad Siglo 21. En este escrito se plantea la importancia de la educación emocional como herramienta para abordar y prevenir el acoso escolar. La motivación surge a partir de observar que, en la actualidad, el acoso escolar es una problemática que preocupa a toda la comunidad educativa y a la sociedad en general, lo que funciona como impulso para realizar investigaciones y poner en marcha intervenciones para abordar este tema.

Luego de un análisis institucional del I.P.E.M. N° 193 José María Paz, se detectaron ciertos desafíos vinculados a la convivencia, por un lado, la necesidad de construir espacios saludables y aulas habitables en los primeros años en los que se identifica mayor vulnerabilidad sociopedagógica. Además, por otro lado, se destaca la falta de espacios donde los alumnos puedan expresar sus necesidades y ser escuchados, trabajar sus inquietudes, problemas y conflictos y mejorar la comunicación. Entonces, considerando que la falta de habilidades para manejar adecuadamente los problemas de convivencia y las situaciones de acoso en el entorno escolar son evidentes, se remarca la importancia de brindar educación emocional a los alumnos de primer año para fomentar el desarrollo de habilidades emocionales como medidas preventivas para contrarrestar el acoso escolar y reducir su impacto negativo.

En relación con la temática central de esta propuesta de intervención, diversos hallazgos revelan que los programas de educación emocional tienen un impacto significativo en la disminución de incidentes de acoso escolar, por lo que es posible identificar una relación directa entre el desarrollo de competencias emocionales y la disminución del acoso. Esto mismo es lo que resalta la importancia de incluir la educación emocional en el plan de estudios. Además, es crucial tener en cuenta que la educación emocional beneficia tanto a las víctimas como a los agresores

ayudándoles a desarrollar empatía y autorregulación emocional. Esto fomenta una cultura de respeto y convivencia pacífica en la comunidad escolar (Moya Carrera, 2023).

Por lo expuesto anteriormente, se presenta un plan de intervención cuyo objetivo es ejecutar un proyecto de educación emocional destinado a alumnos y docentes de primer año del I.P.E.M. N° 193 José María Paz para contribuir a la prevención del acoso escolar. El plan de acción se centra en dos ejes principales: talleres psicoeducativos para alumnos de primer año y capacitaciones para docentes y directivos.

En primer lugar, el taller psicoeducativo se desarrollará en seis encuentros quincenales de 80 minutos cada uno, desde abril hasta junio. Las actividades están diseñadas para trabajar en grupo, individualmente y en pequeños equipos, con el objetivo de fomentar el reconocimiento y la expresión de emociones, así como la identificación de situaciones de acoso escolar y estrategias de abordaje de este fenómeno.

En segundo lugar, las capacitaciones para docentes y directivos se realizarán de manera simultánea en seis encuentros quincenales de 120 minutos cada uno los días sábados por la mañana. Estas capacitaciones tienen como objetivo principal sensibilizar a los profesores sobre la importancia de la educación emocional como herramienta para abordar situaciones de acoso escolar. En estos encuentros, se trabajará en la identificación de distintos tipos de acoso, análisis de casos prácticos, estrategias de resolución de conflictos y la creación de un protocolo específico para abordar el acoso escolar.

En lo que respecta a la evaluación del taller y la capacitación, se diseñaron instrumentos específicos que permitirán medir el impacto de las actividades para asegurar el cumplimiento de los objetivos planteados y la efectividad del plan de intervención. Primero, se aplicará un

cuestionario individual para los alumnos, para determinar si han tomado conciencia sobre la importancia de las emociones en el contexto del acoso escolar. Para las capacitaciones, se implementará una planilla de asistencia en cada encuentro para conocer el número de participantes. Además, se aplicará un cuestionario para evaluar a los docentes al finalizar los encuentros, verificando la asimilación y el aprendizaje de los contenidos brindados.

En cuanto a los resultados esperados, se estima que los alumnos, mediante los talleres psicoeducativos, desarrollen habilidades de regulación emocional, mejoren competencias sociales como la empatía y la resolución de conflictos y que los docentes y directivos adquieran herramientas para abordar situaciones de acoso escolar y ejecuten un protocolo efectivo. Se espera fortalecer la comunidad escolar en la prevención y manejo del acoso escolar mejorando el bienestar emocional y las relaciones interpersonales en el entorno educativo.

Línea Estratégica de Intervención

La propuesta de intervención para este trabajo final de grado se puede encuadrar en la temática de vulnerabilidad y conductas de riesgo en la actualidad.

Para comenzar, la vulnerabilidad puede ser pensada según Feito (2007) como ser vulnerable, es decir que implica fragilidad, una situación de amenaza o posibilidad de sufrir daño, lo que supone que uno es susceptible de recibir o padecer algo malo o doloroso, como una enfermedad, y también tiene la posibilidad de ser herido física o emocionalmente.

Al mismo tiempo, puede entenderse como poder ser persuadido, poder ser receptor, ser traspasable, no tener control absoluto de la situación, no estar en una posición de poder, o al menos tener la posibilidad de que dicho poder se vea debilitado. Según la RAE, es vulnerable quien puede ser herido o recibir lesión, física o moralmente (Feito, 2007).

En este sentido, teniendo en cuenta que este trabajo estará basado en el acoso escolar, es posible hablar de vulnerabilidad, lo que implica hablar de daño, en el caso de los adolescentes del I.P.E.M. N° 193 que son víctimas del acoso escolar, se podría decir que ellos atraviesan cierto daño físico, psíquico o emocional, lo que podría manifestarse en sufrimiento. Es preciso tener presente también el momento evolutivo en el que se encuentran, los alumnos de primer año tienen 12 o 13 años, es decir, están atravesando la adolescencia temprana, experimentando todos los procesos físicos, psíquicos y emocionales que ello implica, lo que los convierte en seres humanos más susceptibles a los diversos escenarios de acoso escolar que transcurren en el día a día.

Según Feito (2007), la vulnerabilidad no tiene que ver sólo con una dimensión biológica sino también con la historia del individuo en relación con otros, al daño derivado de la relación con otros, lo que se denomina *vulnerabilidad social*. En relación con esto, al pensar en el contexto de acoso escolar se podría afirmar que hay una problemática en las relaciones entre iguales, lo que expone a algunos estudiantes a situaciones de maltrato.

Estas condiciones hacen que el colegio y sus alrededores se conviertan en “espacios de vulnerabilidad”, los cuales pueden ser descritos como un clima o entorno desfavorable que expone a los adolescentes a mayores riesgos, a la falta de poder o control sobre su situación, y esto les impide cambiar sus circunstancias, por lo que se podría decir que se encuentran desprotegidos (Feito, 2007).

Es relevante indagar cómo se está abordando esta problemática en la institución actualmente, teniendo en cuenta la perspectiva y el rol de los docentes y directivos, así como su accionar en las situaciones cotidianas de maltrato entre estudiantes, si cuentan con un protocolo de acción para aquellas situaciones de conflicto en el aula, o qué recursos tienen disponibles para afrontar este fenómeno.

Se toma la definición de R. Chambers (1983) de vulnerabilidad, para identificar dos dimensiones importantes: la vulnerabilidad puede ser pensada por un lado como la exposición a contingencias y tensiones, y por otro lado, como la dificultad de enfrentarse a ellas. Esto significa que existe un elemento “externo” de riesgo, al que la persona está expuesta, y un elemento “interno” que apunta a la indefensión, a la falta de medios para lidiar con tales riesgos sin sufrir daño (Feito, 2007).

En efecto, es posible identificar en el caso de la víctima de acoso escolar la existencia de estos elementos, el elemento externo de riesgo puede ser pensado de varias maneras, como los agresores, el entorno escolar propiciador de maltrato, o la manera en que se abordan estos casos y los dispositivos de prevención que haya o no, y el elemento interno podría vincularse con la deficiencia de habilidades emocionales, que sería la causa de la disminución de la capacidad de los adolescentes para hacer frente a las situaciones de maltrato. Por lo tanto es lógico pensar que la víctima se encuentra en estado de indefensión frente a los agresores, lo que resalta la necesidad de implementar un dispositivo para fortalecer su protección. Si se piensa en los agresores, esta falta de habilidades emocionales sería lo que los convierte en perpetradores, ya que puede verse afectado el control de impulsos, el manejo de la agresividad, presentando una mayor cantidad de conductas antisociales, entre otros factores implicados.

El enfoque en lo relacional, contextual y procesual permite entender que aunque la vulnerabilidad es intrínseca al ser humano, no es una característica estable e inmutable; sino que está influenciada, al menos en parte, por factores que pueden ser modificados o intervenidos. Comprender esto es clave ya que sustenta la obligación moral de tomar acciones preventivas, curativas, sociales, u otras, que puedan minimizar, aliviar o prevenir las condiciones favorables al daño, en esos espacios de vulnerabilidad (Feito, 2007). Con más motivo es fundamental que se

lleve a cabo la propuesta de un proyecto para trabajar la prevención y el abordaje del acoso escolar en conjunto con la institución.

Respecto a las conductas de riesgo en los adolescentes, son “aquellas acciones voluntarias o involuntarias, realizadas por el individuo o comunidad, que pueden llevar a consecuencias nocivas. Estas conductas son múltiples y pueden ser biopsicosociales” (Rosabal García, Romero Muñoz, Gaquín Ramírez, y Hernández Mérida, p. 219, 2015). A la hora de pensar esto en relación con la institución en la que se trabajará, es posible identificar que los factores de riesgo que conllevan a situaciones de acoso escolar son en mayor medida contextuales o ambientales. Es decir, hay aspectos del entorno institucional que podrían estar actuando como desencadenadores de conflictos entre pares, tales como la discriminación o el maltrato físico, psíquico o emocional. Según Cardozo (2021) el ambiente escolar negativo puede ser caracterizado por “un clima conflictivo en el aula (Moratto et al., 2017), por el poco apoyo social brindado en la escuela (Miranda et al., 2018), por la influencia negativa de los profesores (Miranda et al., 2019), por el maltrato docente hacia los estudiantes (Reyes et al., 2018) y por las prácticas docentes de no intervención en situaciones de violencia” (Simón Saiz et al., 2019; Valdés-Cuervo, Martínez-Ferrer et al., 2018) (p. 5).

Los autores Rosabal García et al. (2015) señalan que la prevención es la principal arma para evitar el daño y deterioro en adolescentes y que estas conductas repercuten en su vida diaria o la prolongación hacia la cronicidad del sufrimiento. Por todo lo expuesto hasta aquí, es esencial la puesta en marcha de un plan de abordaje del acoso escolar en el I.P.E.M. N° 193 José María Paz, en el que se pueda trabajar en primer lugar con los alumnos, ya que son ellos mismos quienes viven de primera mano el acoso y sus consecuencias, y también con los docentes y autoridades

escolares, para que puedan implicarse y actuar de la mejor manera con el acoso escolar en la institución.

Síntesis de la Organización

El siguiente apartado contiene información obtenida del material de cátedra, de la Universidad Siglo 21 (2019).

El I.P.E.M. o Instituto Provincial de Enseñanza Media N° 193 José María Paz (CUE: 142233-0 EE 03107070) es una escuela secundaria de gestión pública ubicada en la calle Vélez Sarsfield n° 647, en el centro de la localidad de Saldán, que se encuentra a 18 km de la ciudad de Córdoba, en el departamento Colón.

La institución funciona en un edificio propio y su población escolar está compuesta por 644 alumnos, un director y un vicedirector, un secretario, dos coordinadores de curso, 8 preceptores y 97 docentes, distribuidos en dos turnos (mañana y tarde) con dos orientaciones: Economía y Gestión y Turismo. La población escolar está conformada en un 75% por habitantes de Saldán y en un 25% por habitantes de localidades vecinas (La Calera, Dumesnil, Villa Allende, Arguello y Rivera Indarte), la mayoría de los alumnos pertenecen a una clase media baja.

- Horario: Lunes a viernes de 7:15 am hasta 19:15 pm.
- Teléfono: 0351 589-2974
- Correo electrónico: ipem193josemariapazsaldan@gmail.com
- Facebook: https://www.facebook.com/IPEM193/?locale=es_LA

A lo largo de su historia, la institución se adaptó a múltiples cambios, propios de nuestro sistema educativo nacional y provincial, pero también a las demandas de su comunidad.

En 1965 un grupo de vecinos y representantes de la Municipalidad de Saldán pusieron en marcha la idea de fundar una escuela secundaria, con el objetivo de evitar la dispersión de los jóvenes que terminaban la escuela primaria y emigraban a Córdoba o La Calera para seguir con sus estudios. Además respondía al propósito de formar para una salida laboral como personal de apoyo para la actividad comercial y de servicio en la localidad.

Al año siguiente, en 1966, tras el rechazo del Servicio Nacional de Enseñanza Privada a la solicitud de la creación de un ciclo secundario, se formó una comisión para reiterar el pedido y se adoptó el nombre del instituto, José María Paz, en relación con el caudillo cordobés; los trámites continuaron ante la Presidencia de la Nación, que autorizó la participación del SNEP (Superintendencia Nacional de Enseñanza Privada) y ordenó la matriculación de alumnos y la conformación del cuerpo docente. Así comenzó a funcionar como escuela privada en un edificio prestado por la escuela Nogal Histórico en horario vespertino. Se nombró al primer director de la institución pero por incumplimiento de sus obligaciones fue sometido a sumario administrativo. Por lo tanto se designó a un nuevo director, el Sr. Jorge Sixto Alemeida, y bajo su mandato se reemplazó el Plan CONET (Consejo Nacional de Educación Técnica) inicial por el Bachiller Comercial.

En 1971 se terminó de incorporar el quinto año, quedando finalmente conformado el ciclo completo, y se creó el Centro de Estudiantes. Al otro año, 1972, en una reunión del Centro de Estudiantes se propuso realizar competencias deportivas y un encuentro folklórico con el objetivo de realizar intercambios culturales con otras instituciones.

En el año 1976 renuncia el director y se realiza una nueva elección, en la que quedó designada la profesora Susana Baudracco de Gadea. Durante esta gestión, se inició el pase de la institución al orden provincial, este trámite se efectivizó cuando el gobernador Eduardo C. Angeloz llegó de visita a la localidad.

En 1988 la institución pasó al ámbito provincial, y a partir de ese momento su prioridad fue construir un edificio propio, por lo que se creó la cooperadora escolar para costear el posterior crecimiento de la institución.

En el año 1993 se implementó la Ley Federal de Educación N.º 24195. Se impulsó la creación del CBU (Ciclo Básico Unificado), y del CE (Ciclo de Especialización), con orientación en Economía y Gestión de la Organizaciones, Especialidad Turismo, Hotelería y Transporte. Esta orientación está vinculada a la competencia folklórica estudiantil, que actualmente es símbolo y eje del proyecto institucional de la escuela José María Paz y de la comunidad de Saldán. El PEI (Proyecto Educativo Institucional) está orientado hacia la competencia folclórica, la que da sentido y significado histórico al proyecto educativo de la escuela.

Dos años después, en 1995, la escuela se trasladó a sus propias instalaciones en el terreno ubicado entre las calles Suipacha, Lima Quito y Vélez Sarsfield.

En 2001 se llevó a cabo un cambio de gestión a causa de que la profesora Susana Baudracco de Gadea fue ascendida al cargo de inspectora, por lo que asumió como directora precaria la profesora Alejandra Garabano. En agosto del año 2003, asumió por concurso la profesora María de los Ángeles Casse.

Durante los años 2003 y 2004, la escuela experimentó diversos cambios y mejoras en su infraestructura y programas educativos: se finalizó la etapa de reformas edilicias, además la

directora trabajó en la formulación del Proyecto Educativo Institucional (PEI) con la participación de todos los integrantes de la comunidad educativa.

En 2004, la escuela se unió al Programa Nacional de Becas Estudiantiles para ayudar a estudiantes en riesgo sociopedagógico y así mejorar la calidad de la educación secundaria. Al año siguiente, se integró al Programa Eductrade, adquiriendo un laboratorio de informática de última generación para satisfacer la demanda de formación en tecnologías de la información y la comunicación y facilitar transformaciones en varios ámbitos, como el social, político, cultural, etc.

En el año 2007, se llevó a cabo un concurso público para cubrir el cargo de vicedirectora en el que la licenciada y profesora Ana María Allisio se incorporó al equipo de trabajo de la institución.

En 2008, la institución participó del Programa de Mejoramiento del Sistema Educativo (PROMSE), obteniendo equipamiento informático, recursos electrónicos para mejorar las aulas y financiamiento para su proyecto institucional. Al año siguiente, la escuela participó en el Programa Nacional de Becas Estudiantiles, concretando proyectos como tutorías para el seguimiento escolar y la incorporación de Centros de Actividades Juveniles (CAJ) en colaboración con el Ministerio de Educación.

En 2010 la escuela inicia un proceso de reelaboración de su proyecto educativo para dar respuesta a las exigencias de una sociedad en permanente cambio, en el marco de la Ley Nacional de Educación N° 26.206.

En 2011, se dio inicio al proceso de selección de las nuevas orientaciones de la especialidad en la escuela, mediante consultas realizadas a la comunidad educativa. Además, se presentó el

proyecto de convivencia conforme a la resolución N° 149/10 del Ministerio de Educación de la Provincia de Córdoba, junto con la continuación del proyecto de mejora de la institución.

En 2013, tras la jubilación de la directora suplente, la licenciada Ana María Allisio, la profesora Susana Giojalas asumió como directora suplente, quien continuó con el proyecto de gestión al formar un equipo directivo y optimizar los espacios. Al finalizar el ciclo lectivo, la licenciada María Nieto fue nombrada vicedirectora.

En 2017 se finalizó el programa de tutorías, lo que la directora consideró una pérdida importante para la permanencia de los estudiantes en la escuela. La escuela se vio afectada por la discontinuidad en la entrega de equipos del programa Conectar Igualdad y el deterioro de estas al no contar con el mantenimiento adecuado. El vínculo con el EPAE, un equipo de acompañamiento educativo, se vio fortalecido, fomentando el trabajo en red lo que contribuyó a la permanencia de los estudiantes en la escuela. También se hizo hincapié en el trabajo con Necesidades Educativas Derivadas de la Discapacidad (NEDD) según la Ley 26.206 (Universidad Siglo 21, 2019).

La misión del I.P.E.M. N° 193 José María Paz es proporcionar una educación integral y continua a sus estudiantes, brindándoles las habilidades necesarias para el pensamiento crítico y la resolución de problemas en un entorno de intercambio enriquecido por valores educativos, lo que busca fomentar el desarrollo personal, la inserción en la vida sociocultural y laboral, y promover la continuidad en estudios superiores.

En cuanto a la visión institucional, el establecimiento se enfoca en ofrecer programas que tienen como objetivo:

-Facilitar la adquisición de conocimientos relevantes para la formación de ciudadanos comprometidos con el aprendizaje continuo, el desarrollo personal y social, y la formación permanente en beneficio de su dignidad individual y social.

-Fortalecer el compromiso social y la comprensión de conceptos aplicados a la vida diaria y sus problemáticas, promoviendo valores universales aplicados en la realidad social, abordada de manera interdisciplinaria.

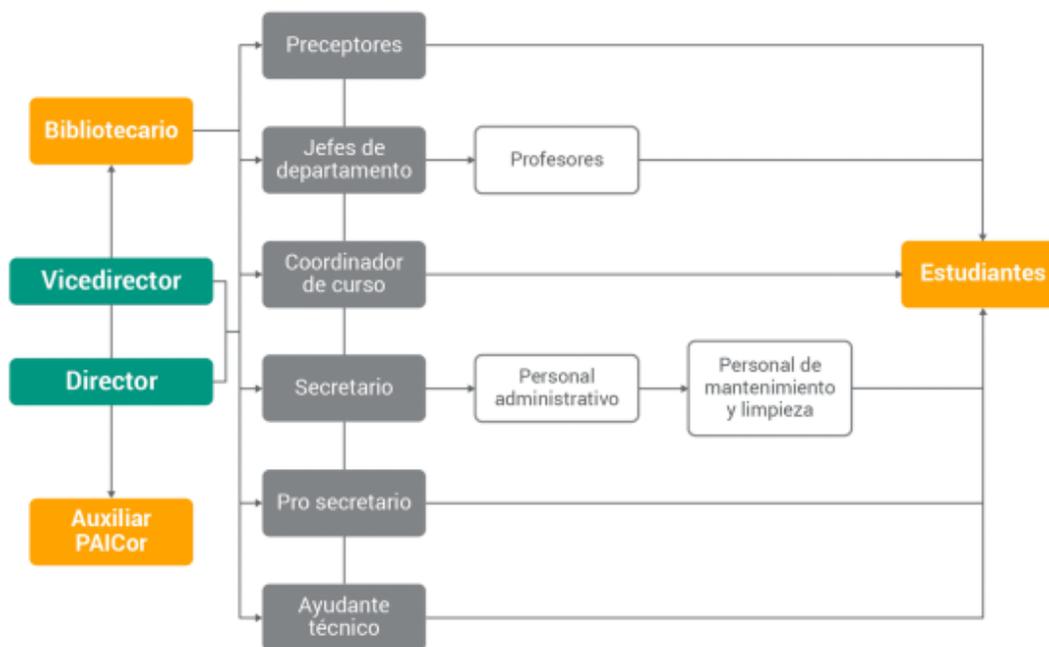
-Mejorar la permanencia de los estudiantes en la escuela mediante la implementación de tutorías, competencias deportivas y artísticas, y un acompañamiento que fortalezca su confianza en el aprendizaje.

-Priorizar la resolución de situaciones de convivencia problemáticas.

Finalmente los valores institucionales, están dirigidos a todos los miembros de la comunidad educativa, son la tolerancia, la cooperación, el compromiso, el sentido de pertenencia, la participación, la integración familiar y comunitaria, la libertad de expresión y la solidaridad, el enriquecimiento de relaciones interpersonales, para cultivar prácticas ciudadanas responsables y respetuosas (Universidad Siglo 21, 2019).

La organización del instituto ha sido representada en el organigrama a continuación, como se puede ver en el esquema siguiente:

Figura 1: organigrama I.P.E.M. N° 193 José María Paz.



Fuente: Universidad Siglo 21 (2019).

Delimitación del Problema

La comunidad educativa del I.P.E.M. N° 193 José María Paz se destaca por su heterogeneidad. Particularmente, en los primeros años, se observan estudiantes en una situación de vulnerabilidad con dificultades en la comunicación y la interacción con sus compañeros. Estas dificultades se manifiestan en la falta de respeto, la escasa solidaridad y en episodios de violencia verbal, psicológica y física entre los distintos actores y hacia sí mismos (Universidad Siglo 21, 2019).

Uno de los desafíos en el I.P.E.M N° 193 José María Paz, se relaciona con “la convivencia y la construcción interdisciplinaria de espacios saludables y aulas habitables en los primeros años, donde se ha detectado mayor vulnerabilidad sociopedagógica”, según lo expresado por la

institución. Tal como se trató anteriormente, la población estudiantil de los primeros años se caracteriza por ser un grupo vulnerable, esto significa que son más propensos a sufrir algún daño, el cual puede ser físico, psíquico, emocional, etc., por lo que es posible identificar una necesidad de abordaje del acoso escolar a través de la educación emocional. Además desde la institución reportan sobre la falta de espacios de escucha para que los alumnos puedan trabajar sus inquietudes, problemas, conflictos, etc, para expresar sus necesidades y mejorar la comunicación interpersonal (Universidad Siglo 21, 2019).

Estos episodios de violencia que se viven en la institución pueden relacionarse a lo que Olweus describe como bullying o acoso entre pares, definido como un acto de agresión intencional, vinculado al modo en que el individuo se relaciona interpersonalmente y caracterizado por un desequilibrio de poder entre el agresor y la víctima, manteniéndose en el tiempo continuamente (Olweus, 2013, citado en Cardozo, Ardiles y Fantino, 2020). También, se deben tener en cuenta los aportes de Rodkin y Hodges (2003), quienes afirman que “el acoso escolar no es un problema diádico entre un agresor y una víctima, ya que es reconocido como un fenómeno grupal desarrollado en un contexto social donde los factores sirven para promover, mantener o suprimir tal comportamiento” (Peña Casares, 2020, p. 22).

En cuanto a intervenciones en acoso escolar, se puede mencionar el "Programa de Prevención del Acoso Escolar de Olweus", el cual es reconocido a nivel mundial como el más destacado en su campo. Fue originado en Noruega, lugar de residencia de su creador, el psicólogo Dan Olweus, y destaca la importancia de un entorno escolar libre de violencia como clave para prevenir el acoso. Este programa incorpora estrategias grupales tanto en las aulas como a nivel individual en los centros educativos. Para lograr un clima cooperativo y detener el acoso, es fundamental que los adultos mantengan una actitud activa, utilizando modelos positivos y

estableciendo reglas claras de comportamiento (Olweus, 1993; Olweus, 1999). Los resultados positivos han dado lugar a numerosas adaptaciones del programa original en países como Irlanda, Alemania, Inglaterra, Bélgica, Finlandia, Estados Unidos, Canadá y Australia (Caballo, V. E., Calderero, M., Carrillo, G. B., Salazar, I. C., y Irurtia, M. J. 2011).

Objetivos

Objetivo general:

Ejecutar un proyecto de educación emocional destinado a alumnos y docentes del primer año del I.P.E.M. N° 193 José María Paz para contribuir a la prevención del acoso escolar.

Objetivos específicos:

-Desarrollar habilidades de regulación emocional a través de talleres, a fin de que los alumnos aprendan a manejar adecuadamente sus emociones en situaciones de acoso escolar.

-Desarrollar competencias sociales en los alumnos para propiciar una mejora en las relaciones interpersonales, por medio de talleres.

-Capacitar a docentes y directivos en competencias emocionales para luego desarrollar en conjunto un plan de acción que pueda ser implementado cuando sea necesario, frente a una situación de acoso escolar.

Justificación

Este trabajo final de grado se basa en la educación emocional como estrategia para la prevención del acoso escolar, destinada inicialmente a alumnos de primer año de la institución, así como también a docentes y directivos, ya que ambos se encuentran de alguna forma implicados en

dicho fenómeno. Además, de esta forma se comenzaría a abordar esta problemática de manera más integral.

Uno de los problemas que enfrenta el I.P.E.M. N° 193 está relacionado con “la convivencia y la construcción interdisciplinaria de espacios saludables y aulas habitables en los primeros años, donde se ha detectado mayor vulnerabilidad sociopedagógica”. En esta misma línea, según afirman las autoridades de la institución, se identifican dificultades en la comunicación e interacción entre compañeros. Estas dificultades se manifiestan en la falta de respeto, falta de solidaridad, episodios de violencia verbal, psicológica y física entre pares y hacia sí mismos (Universidad Siglo 21, 2019). Estas situaciones de acoso escolar se dan en un contexto en el que quizás la institución no cuenta con los recursos necesarios para abordarlo, o a la hora de tomar medidas contra este fenómeno, estas son deficientes, inadecuadas y/o no tienen el impacto que deberían alcanzar.

Según la Unesco (2019), el acoso presencial y virtual en el ámbito escolar, se ha convertido en un problema global: afecta a casi un tercio de las y los adolescentes en 144 países y regiones con diferentes niveles de ingreso (Cardozo, Ardiles y Fantino, 2020). Para comprender mejor la situación actual y local, es fundamental analizar los datos estadísticos que aportan Cardozo, Ardiles y Fantino (2020):

Una investigación realizada con estudiantes de nivel secundario de escuelas públicas y privadas de Córdoba, indicó que: el 63% sufrió alguna vez acoso por parte de sus pares, el 61%, participó como agresor, mientras que el 91% lo hizo como observador. Se registró también, una fuerte presencia de ciberacoso: la mitad de los chicos (54%) dijeron que alguna vez habían sufrido algún tipo de acoso, el 32% señala haber acosado al menos una vez y un 77% observó alguna situación de acoso a través de las redes (Cardozo, et al., 2019a). En definitiva, las investigaciones

arrojan que la temática pasó a constituirse en una amenaza para la salud y el bienestar de los y las adolescentes (p. 4).

Por otro lado, el informe publicado por el Observatorio de la organización civil "Argentinos por la educación" comparte los resultados de un estudio que investiga las percepciones de estudiantes argentinos sobre la convivencia escolar. Entre los datos destacados se encuentra que el 34,6% de los estudiantes opina que no hay un buen ambiente de convivencia en su escuela, indicando que están "nada de acuerdo" o "poco de acuerdo" con la afirmación sobre la existencia de un buen ambiente de convivencia en su institución educativa (Castro Santander, Nistal, y Orlicki, 2023). A partir de estos datos, se observa que la problemática es frecuente y recurrente lo que amerita que su tratamiento pueda ser reflejado en prácticas concretas dentro de los espacios educativos.

Una cuestión fundamental a tener en cuenta es la relativa a lo legislativo, ya que las leyes son las encargadas de mantener el orden regulando y guiando el comportamiento de las personas, proteger los derechos individuales, promover el bien común, protegiendo a los ciudadanos más vulnerables y garantizando una sociedad justa y equitativa. En el año 2013, la Legislatura de la Provincia de Córdoba sancionó y promulgó la Ley Provincial N° 10151, la cual incorpora al sistema educativo provincial, la enseñanza relacionada con el acoso y la violencia escolar, práctica denominada bullying.

En el primer artículo de la ley, se ordena la incorporación a los planes de estudio de los niveles primario y secundario del Sistema Educativo Provincial, en los espacios "Identidad y Convivencia" y "Ciudadanía y Participación", la enseñanza sobre la problemática relacionada con el acoso y la violencia entre estudiantes, también conocida como "Bullying"(Ley Provincial N° 10151, 2013).

En el segundo artículo, en el contexto del "Programa Provincial de Convivencia Escolar" del Ministerio de Educación de la Provincia de Córdoba, se establece la creación de un material didáctico específico que aborde la problemática expuesta en el artículo 1 de la Ley Provincial N° 10151 (2013).

Finalmente, a partir del tercer artículo, se integra a dicho programa una base de datos que registre las situaciones de acoso y hostigamiento entre compañeros, con el fin de recopilar estadísticas, analizar casos y diseñar estrategias para diagnosticar, prevenir y mitigar esta problemática (Ley Provincial N° 10151, 2013). Esta ley es una base sólida a partir de la cual pueden continuar desarrollándose políticas públicas orientadas al abordaje del acoso escolar, a su prevención y a la promoción de espacios seguros y saludables en las escuelas.

En cuanto a las características conductuales de los involucrados en el acoso escolar, según lo que aporta Cardozo (2021), en varios estudios se observó que aquellos identificados como agresores exhiben una mayor cantidad de conductas antisociales y delictivas, así como una menor manifestación de conductas socialmente positivas (Moreno et al., 2019). Por otro lado, las víctimas tienden a emplear estrategias de afrontamiento mayormente improductivas o evitativas (Nacimiento et al., 2017); mientras que los observadores presentan mayor cantidad de conductas antisociales (Garaigordobil, 2017a). Este último hallazgo subraya la necesidad de implementar tempranamente a nivel escolar programas psicoeducativos de prevención e intervención de la conducta antisocial, ya que no son solo las víctimas y/o agresores quienes presentan estas conductas (Garaigordobil, & Maganto, 2016). Esto mismo da cuenta de que se trata de una problemática que abarca, de alguna forma, a diversos agentes del ámbito escolar. Por lo que es relevante tener en cuenta que la implementación de estrategias para su erradicación tiene también que contemplar a alumnos y docentes.

Estos hechos ya desarrollados sustentan la necesidad y la importancia de implementar un proyecto de educación emocional en el primer año del I.P.E.M. N° 193, teniendo como objetivo principal la prevención del acoso escolar. Proyecto que esté dirigido en primer lugar a las víctimas, como así también a los agresores, a los observadores, a los docentes y directores de la escuela.

La importancia de un proyecto de educación emocional para estudiantes es clave ya que “la Educación Emocional es aquel componente protector, donde el alumnado pueda desarrollar sus habilidades, interactuando y resolviendo conflictos, consiguiendo que se reduzcan los índices de violencia en las aulas, incrementando el rendimiento académico” (García, 2015, como se citó en Peña Casares, 2020, p. 6).

Es relevante profundizar en cómo la educación emocional puede impactar en la prevención del bullying. Bisquerra (2003) afirma que es esencial abordar la dimensión emocional para una prevención efectiva del acoso escolar. Por ello, los programas de intervención centrados en tratar el acoso escolar mediante la educación emocional son cada vez más necesarios. Por ejemplo, el programa desarrollado por Carbonell (2017), dirigido a niños de 12-13 años y enfocado en el bullying, también busca mejorar competencias emocionales como la motivación, la empatía y el autoconcepto. Este programa ha demostrado resultados positivos, como una reducción significativa en la frecuencia de las agresiones, mayor conciencia de la gravedad del acoso, mejoras en la empatía y motivación de los estudiantes. Sin embargo, es importante destacar que no se observaron mejoras significativas en cuanto al autoconcepto (Murillo Iniesta, 2021).

Como afirman Cardozo, et. al. (2020), es fundamental que los docentes y autoridades de las escuelas dispongan de herramientas pedagógicas para abordar situaciones de acoso entre pares, en el aula o en el ámbito institucional. Si bien existen algunos materiales producidos sobre este tema (como los derivados de la Ley Provincial N° 10.151, en la que la enseñanza de la problemática

relacionada con el acoso y la violencia escolar está incluida), estos resultan insuficientes para su correcto abordaje.

Para abordar los desafíos del acoso escolar, es esencial implementar un proyecto de educación emocional, que enseñe competencias emocionales tanto para los alumnos como para los docentes. También es crucial llevar a cabo una intervención psicoeducativa específica para prevenir conflictos y el acoso, y promover un ambiente de convivencia escolar positivo.

Como se mencionó anteriormente, es indispensable fomentar el desarrollo de habilidades emocionales como medidas preventivas para contrarrestar el acoso escolar y reducir su impacto negativo. Esto se debe al considerar que la falta de habilidades para manejar adecuadamente los problemas de convivencia y las situaciones de acoso en el entorno escolar referido son evidentes. Por esto mismo, se vuelve necesario mejorar la forma en que se interviene ante conflictos de convivencia y promover estrategias efectivas de resolución, favoreciendo un ambiente escolar más positivo y seguro para todos los involucrados.

Marco Teórico

Actualmente, el acoso escolar es una problemática que preocupa a toda la comunidad educativa y a la sociedad en general, impulsando a realizar investigaciones, reflexionar en conjunto sobre este tema y poner en marcha intervenciones para abordarlo. De manera teórica, se presentan a continuación ciertos desarrollos que aluden a la conceptualización sobre el acoso escolar. Además se desarrollará qué se entiende por educación emocional, y qué son las competencias emocionales, centrales al momento de elaborar esta propuesta. Por último, se conceptualiza sobre dos elementos centrales de dicha propuesta, el taller y la capacitación.

Origen del Estudio y Conceptualización del Acoso Escolar

Los primeros estudios sobre el acoso escolar se remontan a la década de los setenta. El doctor Heinemann (1972) fue uno de los pioneros en definir el acoso escolar tal como lo conocemos hoy. Más tarde, Olweus (1978) llevó a cabo una investigación a nivel global sobre la intimidación entre compañeros (Peña Casares, 2020). En el año 1978 hizo su primera publicación bajo el título de "La agresión en las escuelas: Los bullies y niños agresivos" en la cual señala tres características esenciales del acoso escolar: es intencional, repetitivo y hay un desequilibrio de poder (Lugones Botell, Ramírez Bermúdez, 2017).

Los estudios realizados por Olweus marcaron el inicio de otras investigaciones en países de Europa y América, proporcionando los primeros análisis y apreciaciones sobre este tipo de maltrato que trasciende los límites locales. Un instrumento de vital importancia utilizado en las investigaciones en Noruega y Suecia fue el Cuestionario Olweus, dado a conocer en diferentes ediciones y que ha sido actualizado con el tiempo (Ortega et al., 2010, citado en Peña Casares, 2020).

Acoso Escolar

De acuerdo con Olweus (2004), la situación de acoso e intimidación y la de su víctima podría definirse en los siguientes términos: "Un alumno es agredido o se convierte en víctima cuando está expuesto, de forma repetida y durante un tiempo, a acciones negativas que lleva a cabo otro alumno o varios de ellos" (Olweus, 1986 y 1991) (p. 25).

Es esencial definir con precisión el término "acciones negativas", que se refiere a cuando alguien, intencionalmente, causa un daño, incomodidad o sufrimiento a otra persona, lo que implica la noción de conducta agresiva (Olweus, 1973b). Estas acciones pueden manifestarse de

diversas maneras: verbalmente, como en amenazas o burlas; físicamente, como en golpes, empujones o pellizcos; o incluso de manera no verbal, mediante gestos despectivos, excluir de un grupo a alguien adrede o negándose a cumplir los deseos de otra persona (Olweus, 2004).

Según Olweus (2004), la agresión puede ser cometida por un solo individuo o por un grupo de personas, y su objetivo puede ser tanto una única persona como varias. En el contexto de las situaciones de acoso escolar, el objetivo habitualmente es un estudiante individual. Según los datos recogidos en el informe de Bergen, en la mayoría de los casos, la víctima sufre el acoso por parte de un grupo de dos o tres alumnos.

Para identificar una situación de acoso, es fundamental que exista un desequilibrio de poder, lo que implica una relación desigual entre el individuo que sufre las acciones negativas y aquellos que las realizan, de acuerdo a lo expuesto por Olweus (2004). El estudiante que está siendo objeto de estas conductas tiene dificultades para defenderse y se encuentra en cierto modo vulnerable frente a los agresores.

Es importante distinguir entre dos formas de acoso: el directo y el indirecto. El primero, implica ataques abiertos y directos hacia la víctima, mientras que, el indirecto, se manifiesta a través de prácticas como el aislamiento social y la exclusión deliberada de un grupo. Es importante considerar esta segunda forma de acoso, aunque sea menos evidente (Olweus, 2004).

Características Típicas de Acosadores y Víctimas

Continuando con lo desarrollado anteriormente, Olweus (2014) describe el perfil más común de las víctimas, denominadas víctimas pasivas o sometidas, indicando que normalmente presentan algunas de las siguientes cualidades:

-Tienden a ser reservados, sensibles, callados, apartados y tímidos.

-Suelen manifestar inquietud, inseguridad, tristeza y baja autoestima.

-Experimentan sentimientos de depresión y son más propensos a tener pensamientos suicidas en comparación con sus compañeros.

-Generalmente no tienen amistades cercanas y tienden a relacionarse mejor con adultos que con sus compañeros.

-En el caso de los varones, suelen ser físicamente más débiles que sus compañeros.

Es probable que algunas de estas características hayan contribuido a que se conviertan en víctimas de acoso escolar. Al mismo tiempo, es evidente que el acoso repetido por parte de sus compañeros ha aumentado significativamente su inseguridad y su autoevaluación negativa. En consecuencia, algunas de estas características pueden ser tanto causa como consecuencia del acoso escolar (Olweus, 2014).

Como se mencionó anteriormente respecto a las víctimas, los agresores suelen exhibir también ciertas características como las siguientes:

-Una marcada necesidad de tener el control y dominar a sus compañeros, buscando “salirse con la suya” siempre.

-Tendencia a la impulsividad y al enojo fácil.

-Ausencia de empatía o solidaridad hacia los compañeros victimizados.

-Actitudes desafiantes y agresivas hacia adultos como padres y profesores.

-A menudo participan en actividades antisociales y delictivas, como vandalismo, delincuencia y consumo de drogas.

-En el caso de los varones, suelen ser físicamente más fuertes que sus pares, y en particular, que sus propias víctimas.

Es importante destacar que, a diferencia de lo que se suele pensar, los agresores no suelen tener problemas de autoestima (Olweus, 2014).

Algunos Mecanismos de Grupo Implicados en el Acoso Escolar

Siguiendo a Olweus (2014), cuando un grupo de estudiantes se reúne para acosar a otro, es probable que algunos mecanismos socio-psicológicos de grupo se pongan en marcha. Algunos de estos mecanismos fueron identificados por este autor (1978, 1993): 1) "Contagio" social; 2) Disminución del control y de las inhibiciones contra tendencias agresivas; 3) "División de responsabilidad"; y 4) Cambios graduales cognitivos en la percepción del acoso y de la víctima. Todos estos mecanismos pueden ayudar a entender por qué algunos estudiantes que normalmente son agradables y no agresivos participan en el acoso sin mayores problemas.

Educación Emocional y Competencias Emocionales

Otro de los conceptos centrales de este trabajo es el de la Educación Emocional. De acuerdo con Bisquerra (2003), esta se plantea como una respuesta necesaria que va más allá del alcance del currículo académico estándar ya que este no aborda ciertas necesidades sociales fundamentales de los niños y adolescentes. Se concibe como un proceso educativo continuo y permanente que busca fortalecer las competencias emocionales como parte esencial del desarrollo integral de la persona,

preparándola para enfrentar los desafíos de la vida y promoviendo tanto el bienestar personal como el social (Bisquerra, 2003).

Por lo tanto, la educación emocional se enfrenta al desafío de suplir las deficiencias del sistema educativo tradicional al fomentar en los estudiantes el desarrollo de competencias emocionales (Bisquerra, 2003). Las competencias emocionales son un conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales y sus efectos e interrelación con el ámbito de la convivencia y las relaciones interpersonales; de ahí que en ocasiones se agrupan en un sólo denominativo como competencias socioemocionales, entendiendo que la expresión y las experiencias emocionales se viven y expresan a través de las interrelaciones sociales, o desde un contexto social (Bisquerra y Pérez-Escoda, 2007; Chao Rebolledo, 2018, p. 15).

Siguiendo a Bisquerra Alzina y Chao Rebolledo (2021), se han desarrollado diversos modelos de competencias emocionales o socioemocionales, como el propuesto por Bisquerra y Mateo (2019), el Consorcio para el Aprendizaje Académico, Social y Emocional [CASEL] (2020), el de Mikolajczak, Quoidbach, Kotsou y Nelis (2009), el de Saarni (1999) y la Secretaría de Educación Pública [SEP] (2017). Uno de los modelos más difundidos en Estados Unidos y en los países de la OCDE, es el presentado por CASEL (2020), el cual se estructura en cinco bloques de competencias socioemocionales que se caracterizan a continuación:

Autoconciencia (self-awareness): Implica la capacidad de reconocer con precisión las propias emociones, pensamientos y valores, así como comprender cómo estos factores influyen en el comportamiento. Esta habilidad implica poder identificar y nombrar las propias emociones, ser consciente del propio estado físico, mental y emocional asociado a las experiencias emocionales,

así como reconocer los cambios emocionales, las propias fortalezas y la percepción de autoconfianza y autoeficacia.

Conciencia social (social awareness): Consiste en poder reconocer los estados y expresiones emocionales de otras personas, así como la habilidad para empatizar con ellos, incluyendo a las personas que provienen de diferentes culturas y etnias. Esto implica valorar la diversidad y ser capaz de adoptar la perspectiva de los demás.

Toma de decisiones responsable (responsible decision making): Se refiere a la capacidad de tomar decisiones de manera consciente, responsable y respetuosa, tanto en el propio comportamiento como en las interacciones sociales. Se basa en la valoración ética y en las normas socioculturales, considerando siempre el bienestar propio y el de los demás. Esto implica también la capacidad de identificar problemas, analizar situaciones, solucionar problemas, evaluar y actuar con responsabilidad ética.

Autorregulación (self-management): Consiste en regular de manera exitosa y constructiva las propias emociones, pensamientos y comportamientos, evitando reacciones impulsivas pero sin llegar a la censura. Esto incluye la gestión del estrés, la ira y la frustración, así como el poder generar automotivación y posponer la gratificación para alcanzar objetivos personales, académicos y profesionales a largo y mediano plazo. Está relacionada con la autodisciplina, la perseverancia y la determinación.

Habilidades para relacionarse (relationship skills): Se vincula con establecer y mantener relaciones armoniosas y satisfactorias con una diversidad de personas y grupos. Además, implica practicar una comunicación asertiva y efectiva, con una escucha activa, la cooperación y la colaboración, negociar y resolver conflictos de manera pacífica y constructiva, así como saber

buscar y ofrecer ayuda cuando sea necesario y resistir a las presiones del grupo (Bisquerra Alzina y Chao Rebolledo, 2021).

Por otra parte, existen otros enfoques para clasificar y definir las competencias socioemocionales. Un ejemplo de esto se encuentra en los trabajos de Bisquerra y Pérez Escoda (2007), Bisquerra (2009), y Bisquerra y Mateo (2019), en los que se propone un modelo de competencias emocionales que consta de cinco bloques o dimensiones, que abarcan las siguientes competencias:

Conciencia emocional: Implica conocer las propias emociones y las de los demás. Esta habilidad se desarrolla a través de la percepción del propio cuerpo, expresiones faciales y comportamientos propios, así como de los individuos en nuestro entorno. Ello supone discernir entre pensamientos, acciones y emociones, comprender las causas y consecuencias de las emociones, evaluar su intensidad y utilizar un lenguaje emocional adecuado.

Regulación emocional: Implica dar una respuesta apropiada a nuestras emociones. Esto consiste en establecer un equilibrio entre expresar y controlar o suprimir nuestras emociones. Dentro de esta dimensión, los aspectos importantes incluyen la tolerancia a la frustración, regulación de la ira, postergación de la gratificación inmediata en favor de metas a largo plazo, y desarrollo de habilidades de afrontamiento en situaciones de riesgo como la exposición a drogas o la violencia. Algunas técnicas concretas para la regulación emocional incluyen el diálogo interno, técnicas de control del estrés como la relajación y la meditación, mindfulness, afirmaciones positivas, reestructuración cognitiva e imaginación emotiva, entre otras.

Autonomía emocional: Se refiere a la capacidad de no verse seriamente afectado por los estímulos del entorno social y ambiental. Esto implica lograr un equilibrio entre la

interdependencia emocional positiva, el apego y la desvinculación. Es necesario desarrollar una sensibilidad emocional sin permitir que las emociones nos vulneren. Esto requiere cultivar una autoestima saludable, autoconocimiento, autoconfianza, percepción de autoeficacia, automotivación y responsabilidad.

Competencias socioemocionales: Estas comprenden un conjunto de habilidades que facilitan las relaciones interpersonales y sociales, a partir de tener en cuenta que las emociones suelen experimentarse en la interacción social. Esta dimensión engloba capacidades como la empatía y la colaboración, las cuales promueven actitudes prosociales y se contraponen a la violencia, así como actitudes racistas, xenófobas o machistas que generan numerosos problemas sociales. Dichas competencias sociales contribuyen a establecer un clima social propicio para el trabajo en equipo productivo y satisfactorio.

Competencias para la vida y el bienestar: Son un conjunto de habilidades, actitudes y valores que fomentan una conducta positiva tanto en el ámbito familiar como en el laboral, como miembros de la sociedad y para el uso del tiempo libre u ocio, todos los cuales contribuyen a la construcción del bienestar subjetivo personal y social. El bienestar emocional es similar a la felicidad, en términos de experimentar emociones positivas de manera continua, incluso en situaciones adversas. En este sentido, el bienestar emocional no viene dado, sino que es un proceso que se construye mediante la voluntad y el cultivo de una actitud optimista, crítica y objetiva a lo largo de la vida. Bajo esta perspectiva, se asume que la mejor manera de contribuir al bienestar general es desarrollando el propio bienestar emocional.

Teniendo en cuenta lo anterior, es posible reconocer que los modelos propuestos por Bisquerra y Mateo (2019) y CASEL (2020) presentan varias similitudes y diferencias en su estructura y enfoque. En torno a las similitudes, se puede decir que ambos destacan la importancia del desarrollo emocional y social e incluyen dimensiones como la autoconciencia, la autorregulación, las relaciones interpersonales y la empatía.

Sin embargo, se establecen ciertas diferencias: por un lado, el modelo de CASEL utiliza términos orientados a la práctica educativa, como autoconciencia y autorregulación, ya que está enfocado principalmente en el entorno escolar, y tiene una estructura organizada en cinco bloques que incluyen la autogestión y la toma de decisiones responsable. Por otro lado, Bisquerra adopta un enfoque más amplio, aplicable a diversos contextos de la vida cotidiana y profesional. Su modelo incluye otras dimensiones como la autonomía emocional y las competencias para la vida y el bienestar, ofreciendo técnicas específicas para la regulación emocional, como el mindfulness y las afirmaciones positivas. En definitiva, mientras que el modelo de CASEL está más orientado al ámbito educativo, el modelo de Bisquerra ofrece un enfoque más integral y detallado, adecuado para diferentes áreas de la vida y no sólo al ámbito escolar.

Beneficios de la Educación Emocional

Como esta propuesta se basa en la idea de presentar talleres que aborden de forma particular un aspecto de la educación emocional, se mencionan a continuación algunas consideraciones sobre la importancia de esta. Diversos investigadores como Durlak, Weissberg, Dymnicki, Taylor y Schellinger (2011), Durlak, Weissberg y Pachan (2010), Keefer, Parker y Saklofske (2018), Durlak, Domitrovich, Weissberg y Gullotta (2015), Payton et al. (2008), entre otros, han aportado evidencias sobre los beneficios de la educación emocional, subrayando que éstos se reflejan

principalmente en avances significativos en los estudiantes en términos de: 1) mejora de las competencias sociales y emocionales; 2) mejoras en las actitudes hacia uno mismo, hacia los demás y hacia la escuela; 3) comportamiento positivo en el aula; 4) mejoras en el ambiente del aula; 5) reducción del comportamiento disruptivo; 6) mejoras en el rendimiento académico. Asimismo, al trabajar en el desarrollo de competencias socioemocionales, también se ha observado una reducción en problemas y conflictos, comportamientos problemáticos, agresividad y violencia, ansiedad y estrés, así como en los índices de deserción escolar (Pekrun, 2014) (Bisquerra y Chao Rebolledo, 2021).

La Importancia de la Educación Emocional en la Prevención del Acoso Escolar

Según Moya Carrera (2023), diversos hallazgos demuestran que los programas de educación emocional tienen un impacto significativo en la disminución de incidentes de acoso escolar. Esta relación directa entre el desarrollo de competencias emocionales y la disminución del acoso subraya la importancia de incorporar la educación emocional en el currículo escolar de manera transversal.

Además, es relevante reconocer que la educación emocional beneficia tanto a las víctimas como a los agresores, ayudándoles a desarrollar empatía y autorregulación emocional. Esto fomenta una cultura de respeto y convivencia pacífica en la comunidad escolar. Sin embargo, es crucial abordar los desafíos que surgen durante la implementación de estos programas, como la resistencia de algunos profesores y la falta de recursos adecuados (Moya Carrera, 2023).

Siguiendo a Moya Carrera (2023), es fundamental la formación docente en educación emocional para asegurar el éxito de estas intervenciones. Los profesores juegan un papel clave en

la creación de un entorno escolar seguro y saludable, y su capacitación en competencias emocionales puede mejorar su capacidad para manejar el acoso escolar.

En resumen, es esencial reconocer y superar los obstáculos en la implementación de programas de educación emocional, lo que demanda un compromiso continuo y una colaboración estrecha entre todos los actores del ámbito educativo (Moya Carrera, 2023).

Taller

Dado que la presente propuesta se organiza en base al dispositivo taller, se destaca que Ander-Egg (1991) caracteriza al formato taller como un sistema de enseñanza-aprendizaje, ofreciendo una perspectiva pedagógica. El autor describe el taller como el espacio donde se trabaja, se elabora y se transforma algo para ser utilizado. Desde la pedagogía, el taller implica aprender y enseñar algo que se realiza en conjunto, es un aprender haciendo en grupo. Según Ábalos (2015), al diseñar un taller se está construyendo un dispositivo o una herramienta que facilita la intervención en un campo social determinado, basado en el encuentro y la reflexión (Universidad Siglo 21, 2019).

Capacitación

Por otro lado, se menciona como objetivo capacitar a docentes y directivos. Por eso, se remarca la importancia de la capacitación en tanto “es una actividad que debe ser sistemática, planeada, continua y permanente que tiene el objetivo de proporcionar el conocimiento necesario y desarrollar las habilidades (aptitudes y actitudes) necesarias para que las personas que ocupan un puesto en las organizaciones, puedan desarrollar sus funciones y cumplir con sus

responsabilidades de manera eficiente y efectiva, esto es, en tiempo y en forma.” (García López, 2011, p. 3-4)

De acuerdo a Andino Jaramillo (2018), la capacitación es una parte esencial del desarrollo profesional de los docentes, ya que contribuye a mejorar el proceso de enseñanza y aprendizaje. Según Torrego, Monge, Pedrajas & Martínez (2015) la capacitación docente debe considerarse como un proceso de desarrollo profesional que mejora y dinamiza los procesos de aprendizaje, que están en constante evolución. La perspectiva de estos autores valora a la capacitación como un medio de desarrollo profesional de los docentes, ya que, de manera positiva, permite mejorar la gestión de los desafíos observados en el entorno educativo.

Plan de Acción

A continuación se presenta el plan de acción que tendrá como ejes principales dos tipos de actividades, por un lado se realizarán talleres psicoeducativos, destinados a alumnos de primer año del I.P.E.M. N° 193 José María Paz, y por otro lado, se realizará una capacitación a docentes y directivos de la institución con el fin de brindarles información sobre la importancia de la educación emocional como estrategia para el adecuado manejo de situaciones de acoso escolar, y crear en conjunto un protocolo para utilizar en situaciones de esa índole.

Comenzando con los talleres psicoeducativos, se desarrollarán durante tres meses, desde el mes de abril hasta el mes de junio incluido. Se llevarán a cabo 6 encuentros, en 6 semanas de trabajo, los cuales tendrán lugar los días martes, cada quince días, con una duración aproximada de 80 minutos dentro del horario escolar. Algunas actividades se trabajarán en grupo, es decir toda la clase en conjunto, otras serán individuales, y en otras se trabajará en grupos reducidos de 4 a 6 personas.

Las actividades estarán coordinadas por una psicóloga, pero también deberá estar presente el docente a cargo en ese momento, además puede estar presente el coordinador del curso o el preceptor a cargo del curso, haciendo hincapié en que mientras más agentes del entorno escolar se involucren, mejor. Todos los posibles involucrados serán convocados e informados anteriormente sobre las temáticas que se abordarán en los talleres.

En cuanto a las capacitaciones, se desarrollarán en 6 encuentros de manera simultánea, desde abril hasta junio, los días sábados a la mañana cada dos semanas, y con una duración de 120 minutos, se espera que puedan asistir todos los profesores de primer año, así como también directivos, preceptores y coordinadores de curso.

Las actividades que se describen a continuación se llevarán a cabo con el fin de lograr el objetivo general propuesto en este trabajo.

Primer eje - Talleres psicoeducativos

Encuentro N° 1: Presentación y juego

Inicio: La primera parte de este encuentro consistirá en realizar una presentación de los encuentros, para que los alumnos puedan conocer la dinámica que tendrán los talleres, se interesen, participen con motivación y ganas de aprender y trabajar sobre emociones.

Objetivo de la actividad: Informar a los alumnos sobre la dinámica de los encuentros e invitarlos a participar.

Duración: 20 minutos.

Recursos: Espacio cómodo y amplio, mesas, sillas.

Desarrollo: Esta actividad será un juego llamado “la pelota de las emociones”. Los alumnos se sentarán en círculo y se les pasará una pelota. Cuando la reciban, tienen que decir su nombre y la emoción que estén sintiendo en ese momento. Luego la vuelven a pasar a otro compañero, quien también debe presentarse y compartir una emoción, esto se repetirá hasta que todos compartan cómo se sienten.

Objetivo de la actividad: Fomentar el reconocimiento y la expresión de emociones en los alumnos.

Recursos: Pelota, espacio cómodo y amplio para sentarse en círculo.

Duración: 30 minutos.

Cierre: Se trabajará en ronda, nombrando cada uno de los distintos tipos de acoso escolar, *físico, verbal, psicológico, social o cyberbullying*, y pidiéndole a los alumnos que comenten situaciones que hayan vivido o que sepan/hayan visto que se dan en el colegio a diario, compartiendo qué sienten o piensan sobre ellas.

Se les preguntará qué piensan que se podría hacer para intervenir ante estas situaciones.

Objetivo de la actividad: Que los alumnos puedan reconocer y hablar de aquellas situaciones de acoso que viven u observan en el colegio, cómo los hacen sentir, qué estrategias pueden adoptar para intervenir.

Recursos: Espacio cómodo y amplio, sillas.

Duración: 30 minutos.

Encuentro N° 2: Conociendo nuestras emociones

Inicio: En el pizarrón se escribirán varios nombres de emociones, como por ejemplo: Alegría - Miedo - Ira - Sorpresa - Asco - Tristeza - Culpa - Orgullo - Confusión - Vergüenza - Celos - Respeto - Impotencia - Felicidad - Compasión - Empatía - Enojo - Odio - Resentimiento - Curiosidad - Preocupación - entre otras.

Los alumnos responderán individualmente a estas preguntas:

- De las emociones escritas en el pizarrón, ¿cuáles sentiste alguna vez?
- Elegí alguna de esas emociones y pensá cuándo, cómo y dónde las sentiste.
- ¿Cómo te sentís ahora?

Se les pedirá a los alumnos que en las próximas dos semanas se tomen unos minutos para analizar lo que sienten y anotarlo en una ficha (Apéndice A). Para identificar de la manera más específica posible sus emociones, se les entregará a cada uno la Rueda de las Emociones para que tengan disponible siempre que lo necesiten (Apéndice B).

Objetivo de la actividad: Que los alumnos aprendan a identificar emociones, y puedan identificar cuáles están sintiendo en cada momento.

Recursos: Espacio cómodo, mesas, sillas, pizarrón, tizas, hojas, lapiceras, ficha de dos semanas, y ficha de la Rueda de las Emociones.

Duración: 40 minutos.

Desarrollo: Para esta actividad, los alumnos se separan en grupos de 4 o 5 personas. Se les indica que 2 o 3 de ellos se pongan de acuerdo y tomen alguna postura o realicen algún gesto. Los otros integrantes del grupo deben prestar atención a lo que observan, lo que perciben, y lo

describirán en voz alta, por ejemplo, “estás sentado, de brazos cruzados y con el ceño fruncido y otros dos compañeros te señalan con el dedo”. Luego dirán qué imaginan respecto de aquello que perciben y acaban de describir, como “imagino que estás enojado y que te están retando”.

Cierre: Posteriormente, observarán el modo en que se sienten ante aquello que imaginan de sus compañeros/as y lo comentarán. Los primeros participantes expresarán qué intentaban representar o comunicar adoptando aquella postura, la cual podría coincidir o no con lo que imaginaron los otros participantes. Finalmente podrán compartir, los que quieran, qué emoción sintieron al ver que sus exposiciones habían o no representado lo que ellos esperaban.

Objetivo de la actividad: Fomentar en los alumnos la percepción e identificación de emociones en las personas que los rodean.

Recursos: Espacio amplio y cómodo.

Duración: 40 minutos.

Encuentro N° 3: Expresión y regulación emocional

Inicio: Los alumnos deberán escuchar y leer con atención la siguiente historia, que estará escrita en el pizarrón y luego cada uno deberá responder unas preguntas en una hoja que conservará hasta el final del taller:

“Esta mañana, a Joaquín le costó mucho levantarse, vestirse y prepararse para desayunar. Su papá se enojó con él y le gritó que es un vago y que como siempre va a llegar tarde a clase, que está harto de su falta de interés. Joaquín se sintió triste, tiene una especie de nudo en el estómago y ganas de llorar por lo mal que lo trató su papá. Piensa que su papá no sabe que la noche anterior

estuvo despierto hasta tarde trabajando para terminar los deberes de matemáticas. Empezó a explicarle la razón de su retraso pero, enojado, pegó un portazo y se fue al colegio sin desayunar.”

Analizar y reflexionar entre todos:

- ¿Qué pensó el papá? ¿Qué sintió? ¿Cuál fue su comportamiento?
- ¿Qué pensó Joaquín? ¿Qué sintió? ¿Cuál fue su comportamiento?
- ¿Qué consecuencias tuvo la actitud del papá?
- ¿Qué consecuencias tuvo la actitud de Joaquín?

Los alumnos deberán pensar y responder individualmente:

Cuando me enojo hago y pienso

Cuando me asusto hago y pienso

Cuando estoy contento/a hago..... y pienso.....

Cuando estoy triste hago y pienso

Cuando me avergüenzo hago y pienso

Objetivo de la actividad: Fomentar en los alumnos la distinción de las emociones, el comportamiento y el pensamiento. Que sean conscientes de la influencia de las emociones sobre el comportamiento y del comportamiento sobre las emociones. Que sepan que tanto las emociones como el comportamiento pueden ser controlados a través del pensamiento.

Recursos: Espacio cómodo, mesas, sillas, hojas, lapiceras, pizarrón, tizas.

Duración: 40 minutos.

Desarrollo: Después de un breve receso, se les leerá la segunda parte de la historia, y luego deberán responder a las preguntas:

“Esta mañana Joaquín se levantó antes que su papá y preparó el desayuno para los dos. El papá lo miró cabizbajo y sorprendido. Joaquín lo miró a los ojos y le dijo que aunque todavía está enojado, quiere hablar de lo que pasó en los días anteriores. Mientras desayunaban, Joaquín le dijo a su papá que él no tendría que haberse enojado, y que aunque sí es cierto que se levantó tarde, fue porque la noche anterior había estado haciendo tarea hasta tarde. Le dijo que le resulta difícil olvidar lo que le dijo anteayer por la mañana, pero que también entiende que su papá tenga preocupaciones en el trabajo. Joaquín acepta que se portó mal: cerrar con un portazo e irse, pero no fue capaz de controlar aquel enojo. Ahora entiende todo mucho mejor, fue una buena lección también para él. El papá abrazó a Joaquín, se le notaba contento y emocionado, e incluso tenía lágrimas en los ojos. Salieron juntos de la casa, el papá lo llevó a la escuela y, cuando iba a salir, le guiñó el ojo. Joaquín entendió lo que le quería decir. Levanta su mano y saluda a su papá, caminando contento hacia su clase.”

Cierre: En grupo, responderán a las siguientes preguntas en una hoja:

- ¿Qué pensó Joaquín para regular el enojo que tenía contra su papá y para cambiar su comportamiento? ¿En qué cambió su comportamiento? ¿Cómo se comportó Joaquín con su papá? ¿Qué emoción siente hoy?

- Y el papá, ¿qué emoción siente con los hechos ocurridos hoy? ¿Cómo expresó sus emociones? ¿Qué emoción sintió el papá? ¿Qué pensó después de lo que pasó estos días?

- Tras analizar lo ocurrido durante los tres días, ¿qué conclusiones extraerías?

- ¿Qué fue lo que provocó el cambio: la emoción, el comportamiento o el pensamiento?

Objetivo de la actividad: Que los alumnos sean conscientes de que las emociones pueden ser reguladas. Que sepan regular y expresar de forma adecuada sus emociones.

Recursos: Espacio amplio y cómodo, mesas, sillas, pizarrón, tizas, hojas, lapiceras.

Duración: 40 minutos.

Encuentro N° 4: ¿Cómo me quiero sentir?

Inicio: Cuando estamos viviendo una emoción negativa, debemos saber por qué en ese momento estamos sintiendo esa emoción. Individualmente deberán pensar en su comportamiento habitual y responder a estas preguntas en una hoja:

- ¿Por qué me enojo muchas veces, casi siempre, a veces?

- ¿Cuáles son las cosas que no acepto de las que últimamente me dice mi mamá o mi papá?

¿Por qué?

- ¿Cuáles son las cosas que no acepto de las que últimamente me dicen los profesores/as?

¿Por qué?

- ¿Cuáles son las cosas que no acepto de las que me dicen mis amigos/as? ¿Por qué?

- Cuando me dicen algo para mejorar mi comportamiento, rendimiento, actitud ¿cómo suelo responder? ¿Qué suelo pensar?

Con todo el grupo tratarán de encontrar la respuesta a estas preguntas utilizando para ello la experiencia de todos y todas:

- ¿Cuáles son las situaciones que más nos enojan?

- ¿Qué podemos hacer ante situaciones difíciles? ¿Qué recursos podemos utilizar?

Desarrollo: Se juntarán todas las estrategias de regulación que presenten los alumnos y se las escribirá en un afiche, que se pegará en clase. Además, es conveniente que el profesor o profesora muestre las estrategias conocidas: representarlas, contar hasta 10, la meditación, la relajación, imaginas paisajes, hacer ejercicio físico, etc. Los alumnos y alumnas elegirán diversas estrategias y las escribirán en su cuaderno o carpeta para ser conscientes de ellas.

Objetivo de la actividad: Que los alumnos sepan cómo responder cuando suelen sentir esa emoción –miedo, enojo-. Que aprendan la mejor manera de regular las emociones negativas.

Recursos: Espacio cómodo y amplio, mesas, sillas, ficha, hojas, lapiceras, afiche, fibrones.

Duración: 50 minutos.

Cierre: Se compartirá con el grupo un esquema en forma de ficha (Apéndice C), invitando a las y los estudiantes a responder esas preguntas.

Objetivo de la actividad: Reflexionar sobre la importancia de la autorregulación y los procesos involucrados en ella, entendiéndola como un elemento clave del aprendizaje socioemocional.

Recursos: espacio amplio y cómodo, mesas, sillas, ficha, lapiceras.

Duración: 30 minutos.

Encuentro N° 5: Trabajando la escucha activa

Inicio: Se dividirán a los alumnos en dos grupos. Cada grupo se pondrá en una esquina de la clase, no demasiado cerca del otro grupo. Después, la coordinadora enseñará a cada grupo unos dibujos distintos (Apéndice D). Los alumnos elegirán un dibujo por grupo, y pensarán cómo

describirían el dibujo. Después se reunirán con alguien del otro grupo y describirán el dibujo elegido. Por tanto, el primer trabajo será elegir el dibujo y pensar en cómo describirlo.

Desarrollo: Por parejas

Los alumnos se pondrán de dos en dos. Para esto, se juntarán a las personas participantes de los dos grupos anteriores. Las parejas se sentarán en el suelo, una persona en frente de la otra. Una de las personas de cada pareja estará sentada mirando a la pizarra; la otra, de espaldas a ella.

Todas las personas que estén mirando a la pizarra serán aquellos o aquellas que antes estaban en un mismo grupo, y lo mismo con quienes están de espaldas. Quienes miran a la pizarra verán ahí mismo el dibujo que eligieron. Deberán describir a sus parejas el dibujo, y éstos lo dibujarán. Por tanto, quienes escuchen deberán hacerlo muy atentamente (no se pueden hacer preguntas), mirándose a los ojos, hacer ver si entendemos o no con la cabeza, asintiendo. Cuando quienes describen han terminado su trabajo (sólo entonces) podrán empezar a dibujar sus parejas. Si lo que hay que describir es la imagen de una persona, será conveniente describir también la emoción que expresa dicha persona.

Individualmente

Al terminar el dibujo, las personas participantes de la pareja se separarán y se reunirán de nuevo en dos grupos: quienes describían, y quienes dibujaban. Estos últimos compararán sus trabajos con el dibujo original. Después, ambos grupos contestarán a las siguientes preguntas:

- ¿Hay mucha diferencia entre ambos dibujos?
- ¿Cómo se sintieron mientras hablaban y describían?
- ¿Su persona interlocutora utilizó la escucha activa? ¿En qué lo pudieron notar?

Cierre: En un espacio de reflexión, trataremos de responder a las siguientes preguntas entre todos y todas.

- ¿Cómo se sintieron? ¿De espaldas al pizarrón, escuchando y dibujando? ¿O mirando a la pizarra, describiendo?

Es importante realizar el ejercicio más de una vez y que los alumnos y alumnas adopten los dos papeles, el de persona descriptora y el de persona dibujante, para que se den cuenta de lo que siente cada uno/a.

Objetivos de la actividad: Concientizar a los alumnos sobre la actitud de la persona que los está escuchando. Concientizarlos sobre la importancia de tener una buena comunicación, y de saber comunicar correctamente. Que puedan comprender la importancia de tener en cuenta al que escucha cuando estamos comunicado.

Recursos: espacio amplio y cómodo, pizarrón, tizas, fichas con dibujos.

Duración: 80 minutos.

Encuentro N° 6: Cierre - Técnica del abanico

Inicio: Los alumnos se sentarán en sus bancos formando un círculo y se les pedirá que cada uno disponga de una hoja y una lapicera. Se les pedirá que en el margen superior de la hoja escriban su nombre o como les gusta que los llamen. Luego se les pedirá que doblen la hoja como un abanico, mientras la coordinadora realiza la demostración de cómo debe hacerse. Una vez colocados los nombres y el papel doblado se explicará que deberán pasar ese papel al compañero de la derecha.

Desarrollo: Cuando reciban el abanico de un compañero deben escribir una palabra, o una frase de lo que sintieron cuando lo conocieron, o de lo que sienten sobre él/ella ahora. Está prohibido dejar algún comentario ofensivo o negativo. Si no saben qué decir porque no se les ocurre nada positivo o no lo conocen escriben solo “Gracias”.

El abanico debe dar la vuelta a todo el círculo hasta llegar nuevamente a su dueño. Una vez que lo reciban no lo abren hasta que la coordinadora lo diga. Toda la actividad se realizará con música acústica tranquila.

Cierre: Una vez que se invita a leerlo, se les pide que marquen cuál fue la palabra que esperaban, la que no se imaginaban y la que los sorprendió. Se invita a quien quiera compartir lo que sintió al leer lo que le escribieron.

Objetivo de la actividad: Fomentar las buenas relaciones interpersonales entre pares, que todos sean capaces de reconocer cualidades positivas en el otro.

Recursos: Espacio cómodo y amplio, mesas, sillas, hojas, lapiceras, parlante.

Duración: 60 minutos.

Segundo eje - Capacitación docente

A continuación se detalla el plan previsto para la capacitación, la cual se implementará en tres etapas. La primera estará orientada a informar a los docentes sobre el acoso escolar, sus características, el perfil de la víctima y del agresor, la educación emocional, en qué consiste y cómo se la puede utilizar para intervenir en situaciones de violencia entre pares.

La segunda etapa tendrá que ver con reflexionar sobre aquellas estrategias que utilizan actualmente en la institución para abordar el acoso escolar, para poder pensar mejores y nuevas formas de intervenir, e implementar diferentes intervenciones para tratar este fenómeno.

Por último, se diseñará un protocolo en conjunto con los docentes para que puedan seguir y poner en acción en aquellas situaciones de acoso escolar.

Encuentro N° 1: ¿Sabemos identificar posibles situaciones de acoso?

Inicio: Luego de una introducción acerca de este nuevo espacio en el que se trabajará en conjunto con docentes y directivos de la institución, la coordinadora compartirá un link de Mentimeter (Apéndice E) con la consigna “¿Cómo describirías el acoso escolar en una sola palabra?” para conocer los conceptos que tienen los docentes sobre acoso escolar o bullying. Luego se compartirán los resultados en forma de nube de palabras, reflexionando entre todos.

Desarrollo: Teniendo en cuenta lo anterior, se hará una presentación sobre el acoso escolar (Apéndice F), haciendo hincapié en los distintos tipos de acoso entre iguales que pueden darse en el contexto escolar. En esta presentación se expondrán diferentes ejemplos de casos de acoso, aunque los docentes también pueden aportar con otros que crean que son más probables que se den a diario entre sus alumnos. Estos casos pueden ser elegidos a través de la observación del profesorado en los diferentes espacios escolares (aulas, biblioteca, patio, entradas y salidas, gimnasio) y es importante asegurarse que los casos que se exponen reflejan diferentes tipos de acoso.

Tras la presentación de los casos, se les pedirá a los docentes que en grupos especifiquen el tipo de acoso de cada caso y planteen alternativas a estos comportamientos. Después cada grupo deberá exponer al resto en forma de afiche los tipos de acoso que identificaron, las señales que les

hizo pensar que se trataba de acoso escolar, y algún tema o pregunta que haya surgido en el grupo para reflexionar con el resto.

Cierre: Una vez presentadas las diferentes propuestas, se abrirá un debate entre todos con el fin de pensar nuevas propuestas respecto a los casos y situaciones expuestas, que logren frenar y erradicar el acoso escolar. Durante este debate la coordinadora recogerá las aportaciones de los participantes para trabajar en las próximas actividades.

Objetivo de la actividad: Informar a los docentes sobre las principales características del acoso escolar. Analizar las diferentes maneras en las que se ejerce acoso escolar (físico, verbal, social, psicológico, cyberbullying). Ayudar a detectar las señales que permitan identificar cuándo se está ejerciendo acoso. Ayudar a identificar posibles víctimas o agresores.

Recursos: Aula o sala multimedia con televisor smart que se utilizará como proyector, hojas, lapiceras, mesas, sillas, afiches, fibrones. Presentación en PowerPoint sobre el acoso escolar con ejemplos de casos de acoso.

Duración: 120 minutos.

Encuentro N° 2: Análisis de emociones en el aula

Inicio: Para comenzar se proyectará un video de YouTube titulado “Las emociones y sus funciones: ¿Por qué es tan importante conocerlas?” (Apéndice G) en el que se explican las funciones de las emociones, para que los docentes puedan profundizar los conocimientos que tengan sobre este tema.

Desarrollo: Posteriormente se proyectarán varios fragmentos de la película “Intensamente” (Apéndice H), que destaquen las diferentes emociones que se pueden presentar en

una persona. A continuación se organizarán en pequeños grupos para analizar las emociones observadas en cada personaje de la película, comparándolas con situaciones cotidianas que surgen en el aula. Cada grupo elaborará un afiche utilizando imágenes de revistas, representando situaciones en el aula que hayan despertado emociones como ira, frustración, enojo, tristeza; y describirán cómo actuaron para resolver estas situaciones y mejorar el ambiente áulico.

Cierre: Luego las producciones serán compartidas con el resto de los docentes, y finalmente los participantes responderán las siguientes preguntas: ¿Cómo te sentiste con la actividad? ¿Qué enseñanzas te ha dejado la actividad?

Objetivo de la actividad: Reconocer la importancia de la educación emocional, para lograr el desarrollo de competencias emocionales para el bienestar personal y social, focalizando en identificar las emociones en el aula.

Recursos: Aula o sala multimedia con televisor smart que se utilizará como proyector, mesas, sillas, afiches, revistas, tijeras, pegamento.

Duración: 120 minutos.

Encuentro N° 3: Estrategias para la resolución de conflictos escolares

Inicio: En esta actividad se mostrarán a los docentes imágenes que representen situaciones de acoso escolar dentro del aula (Apéndice I).

Desarrollo: Ellos se organizarán en pequeños grupos y deberán pensar estrategias de resolución para cada situación problemática; luego elaborarán una presentación en el formato que consideren adecuado, puede ser PowerPoint, Canva, etc. Los grupos compartirán sus propuestas con los demás docentes.

Cierre: Después, cada docente expresará sus emociones en relación a la actividad desarrollada y reflexionará: ¿Considero que la estrategia propuesta es posible de realizar? ¿Dispongo de los recursos didácticos para fomentar emociones positivas en mis estudiantes?

Objetivo de la actividad: Fomentar el trabajo en conjunto de los docentes para desarrollar estrategias efectivas para resolver situaciones negativas entre los alumnos.

Recursos: Aula o sala multimedia con televisor smart que se utilizará como proyector, afiche, computadoras, mesas, sillas, hojas, lapiceras.

Duración: 120 minutos.

Encuentro N° 4: La importancia de la educación emocional

Inicio: Se comenzará la jornada proyectando dos videos de YouTube, titulados “La importancia de la educación emocional” (Apéndice J) y “Ocho lecciones de educación emocional. Begoña Ibarrola, psicóloga y escritora” (Apéndice K), en los cuales se podrá contemplar sobre la relevancia de implementar la educación emocional en el colegio, y algunos puntos básicos para su desarrollo.

Desarrollo: Posteriormente, en grupos realizarán afiches plasmando aquellas ideas o conceptos que creen más importantes de los videos, y compartirán con el resto justificando lo que escribieron.

Cierre: Finalmente, se invitará a reflexionar o debatir sobre lo visto entre todos.

Objetivo de la actividad: Sensibilizar sobre la importancia de la educación emocional en el entorno escolar, promoviendo la reflexión y el intercambio de ideas entre los participantes.

Recursos: Aula o sala multimedia con televisor smart que se utilizará como proyector, mesas, sillas, afiches, fibrones.

Duración: 120 minutos.

Encuentro N° 5: Creación de un protocolo para el acoso escolar

Inicio: Los docentes se dividirán en grupos pequeños para diseñar un plan de acción específico para la prevención, detección y actuación en casos de acoso escolar en su entorno educativo. El plan debe incluir estrategias enfocadas en disminuir y poner fin al daño que estas situaciones ocasionan.

Para ello se les brindará modelos de protocolos de distintos países u organismos gubernamentales (Apéndice L), a partir de los cuales podrán obtener un lineamiento general para la realización de un protocolo específico para esta institución.

Desarrollo y cierre: Luego, se compartirá entre todos los grupos las distintas propuestas, debatiendo y justificando el proceso de construcción de las mismas, el por qué eligieron tales acciones, identificando los puntos fuertes y débiles de cada iniciativa, para al final arribar a un acuerdo y elegir entre todas las mejores propuestas de cada grupo.

Objetivo de la actividad: Bosquejar un protocolo para prevenir y abordar el acoso escolar en el I.P.E.M. N° 193 José María Paz.

Recursos: Espacio amplio y cómodo, mesas, sillas, hojas, lapiceras, protocolos varios.

Duración: 120 minutos.

Encuentro N° 6: Protocolo y cierre

Inicio y desarrollo: En este último encuentro los participantes deberán tomar las propuestas más eficaces y destacadas del encuentro anterior para confeccionar un protocolo definitivo. Se podrá realizar en una de las computadoras del colegio, para luego imprimirlo y así cada docente y directivo disponga de una copia, que podrán utilizar cuando sea necesario.

Cierre: Posteriormente, se hará el cierre de este espacio, con la consigna de que cada participante comparta cómo se sintió a lo largo de los encuentros, qué cosas le sirvieron, qué aprendió, qué le gustó y qué no de las experiencias vividas.

Objetivo de la actividad: Desarrollar un protocolo definitivo contra el acoso escolar. Realizar un cierre donde los participantes compartan sus experiencias y aprendizajes.

Recursos: espacio cómodo y amplio, mesas, sillas, computadora, impresora.

Duración: 120 minutos.

Diagrama de Gantt

A continuación se exponen en la tabla los encuentros propuestos tanto para el taller psicoeducativo como para la capacitación docente.

Tabla 1: Diagrama de Gantt con especificación de actividades y semanas a desarrollar.

ENCUENTROS	Tipo de actividad	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4	Semana 5	Semana 6
Encuentro 1	Taller psicoeducativo	Encuentro N° 1: Presentación y juego					
	Capacitación docente	Encuentro N° 1: ¿Sabemos identificar posibles situaciones de acoso?					

Encuentro 2	Taller psicoeducativo		Encuentro N° 2: Conociendo nuestras emociones				
	Capacitación docente		Encuentro N° 2: Análisis de emociones en el aula				
Encuentro 3	Taller psicoeducativo			Encuentro N° 3: Expresión y regulación emocional			
	Capacitación docente			Encuentro N° 3: Estrategias para la resolución de conflictos escolares			
Encuentro 4	Taller psicoeducativo				Encuentro N° 4: ¿Cómo me quiero sentir?		
	Capacitación docente				Encuentro N° 4: La importancia de la educación emocional		
Encuentro 5	Taller psicoeducativo					Encuentro N° 5: Trabajando la escucha activa	
	Capacitación docente					Encuentro N° 5: Creación de un protocolo para el acoso escolar	
Encuentro 6	Taller psicoeducativo						Encuentro N° 6: Cierre: Técnica del abanico
	Capacitación docente						Encuentro N° 6:

							Protocolo y cierre
Evaluación	Taller psicoeducativo						Evaluación del taller
	Capacitación docente						Evaluación de la capacitación

Recursos

Para el desarrollo del plan de acción se requerirán diversos recursos humanos, materiales, y de contenido. En cuanto a los recursos humanos, será necesaria la presencia de la psicóloga como coordinadora y del docente a cargo durante el desarrollo del taller. Respecto a la capacitación, será coordinada por la psicóloga.

En lo que respecta a los recursos materiales, se detallarán los materiales y recursos disponibles en la institución, los cuales forman parte de la infraestructura escolar y que estarán a disposición para la realización de los encuentros: Aula con espacio amplio y cómodo, mesas, sillas, pizarrón, tizas, pelota, parlante, televisor smart, computadora, impresora. Por otro lado, se necesitarán ciertos materiales que no forman parte de la institución, los cuales la coordinadora deberá llevar: fichas e imágenes impresas, afiches, revistas, cinta de papel. Estos materiales estarán incluidos en el presupuesto a continuación.

Para el desarrollo del taller psicoeducativo se sugiere que los alumnos utilicen las hojas de sus cuadernos o carpetas y los útiles de su cartuchera (lapiceras, fibrones, fibras de colores, lápices, plasticola, tijeras) a fin de reducir ciertos costos.

En cuanto a los recursos de contenido, se hará uso de presentaciones de Canva, videos de Youtube, aplicación Mentimeter y fragmentos de la película “Intensamente”.

Presupuesto

Tabla 2: presupuesto estimativo para llevar a cabo el plan de acción.

Materiales	Cantidad	Total
Afiches	20	\$12000
Impresiones dibujos	10 (2 por división, 5 divisiones)	\$1500
Impresiones de ficha de dos semanas	150 (30 por división, 5 divisiones)	\$22500
Impresiones “Rueda de las Emociones”	150 (30 por división, 5 divisiones)	\$22500
Impresiones “¿Cómo me quiero sentir?”	150 (30 por división, 5 divisiones)	\$22500
Impresiones de situaciones de acoso	5	\$750
Impresiones de planilla de asistencia	6	\$900
Cinta de papel	1	\$2500

Total		\$85150
-------	--	---------

El Colegio de Psicólogos de la Provincia de Córdoba establece en la resolución de junta de gobierno N° 005/24 los aranceles profesionales mínimos. A continuación se detallará la suma total por las actividades realizadas.

En relación al taller psicoeducativo se deben tener en cuenta aquellos aranceles orientados al área educacional, específicamente el área de promoción y prevención. La coordinación de taller tiene un valor de \$20800 por hora. El taller tiene un total de 7 horas y media por lo que el costo aproximado será \$160000.

En cuanto a la capacitación docente se tendrán en cuenta los aranceles del área laboral, la conducción o coordinación de espacios de formación tiene como monto mínimo \$20700 por hora. La capacitación tiene un total de 12 horas, por lo que el costo aproximado será \$250000.

Se deben tener en cuenta los gastos por viáticos, ya que la psicóloga debería viajar a la localidad de Saldán desde Córdoba dos veces por semana, los días martes y sábados, teniendo en cuenta que son 6 semanas de trabajo, y un pasaje de colectivo cuesta \$2300, necesitando \$4600 por día, sería un total aproximado de \$56000.

Lo detallado anteriormente se suma en conjunto dando un costo total de \$551150 para llevar a cabo el plan de acción.

Evaluación

En cuanto a la evaluación, es importante señalar que no se emplearon instrumentos ya creados debido a que no respondían a los objetivos planteados, por lo que se diseñaron evaluaciones específicas para el taller y la capacitación, adaptadas a sus características, regularidades y participantes. Por este motivo, se desarrollaron diversos instrumentos que permitirán medir el impacto de las actividades, asegurando el cumplimiento de los objetivos planteados y la efectividad del plan de intervención.

En primer lugar se elaborará un cuestionario individual con escala de likert de Google Forms destinado a los alumnos (Apéndice M) para determinar si han tomado conciencia sobre la importancia de las emociones en el contexto del acoso escolar.

Luego, para las capacitaciones, se implementará en cada encuentro una planilla de asistencia (Apéndice N), para conocer el número de personas que participaron en las actividades. Además se confeccionará un cuestionario de Google Forms (Apéndice O) para evaluar a los docentes una vez finalizados los encuentros y verificar la asimilación y el aprendizaje de los contenidos brindados.

Resultados Esperados

Los resultados esperados se derivan de los objetivos formulados para este plan de intervención y pueden ser desglosados en relación con los sujetos para los cuales se destinan, esto es alumnos y docentes. Por un lado, a nivel general se estima que a través de la participación en el taller psicoeducativo, los alumnos de primer año adquieran habilidades y competencias socioemocionales las cuales ayudarían a alcanzar una mejora en las relaciones interpersonales y la convivencia escolar.

También, se busca que los estudiantes adquieran habilidades de autorregulación emocional lo que les permitiría manejar de una mejor manera sus emociones en situaciones de acoso escolar o de conflicto entre pares. Además se espera que mejoren sus competencias sociales para favorecer la construcción de relaciones interpersonales más saludables, obteniendo una mejora en la calidad de las interacciones entre compañeros y una disminución de incidentes de acoso escolar.

Por otro lado, en lo que respecta a los docentes, se busca mediante la capacitación sensibilizar sobre la importancia de la educación emocional como herramienta para abordar situaciones de acoso escolar. Se espera que aprendan sobre competencias socioemocionales, que adquieran habilidades para gestionar situaciones de acoso escolar y que logren una implementación efectiva del protocolo creado.

En resumen, se espera que luego de la intervención de educación emocional en el I.P.E.M. N° 193 José María Paz, se pueda convertir en una comunidad escolar más consciente y preparada para prevenir y manejar el acoso escolar, mejorando tanto el bienestar emocional de los alumnos como la dinámica interpersonal dentro del ámbito educativo.

Conclusión

Para finalizar, como se ha expresado a lo largo de este trabajo, el acoso escolar en la actualidad es una problemática creciente que requiere intervenciones efectivas y preventivas. El acoso escolar puede describirse como una situación en la que un estudiante es víctima de agresiones repetidas y sostenidas en el tiempo por parte de uno o varios compañeros.

En este sentido, fue crucial contemplar la situación actual de los alumnos de la institución en torno a los problemas de convivencia, se reconoció una falta de habilidades para manejar adecuadamente ciertos conflictos y las situaciones de acoso en el entorno escolar, por lo que es

indispensable fomentar el desarrollo de habilidades emocionales como medidas preventivas para contrarrestar el acoso escolar y reducir su impacto negativo.

Por esto mismo, se propuso un plan de acción diseñado para ejecutar un proyecto de educación emocional dirigido a alumnos y docentes del primer año del I.P.E.M. N° 193 José María Paz con el fin de prevenir el acoso escolar. El trabajo con los alumnos es el propósito principal, se pensó una intervención a partir de la cual ellos desarrollen diversas habilidades y competencias socioemocionales, lo que contribuirá a mejorar las relaciones interpersonales y la convivencia escolar. Por ejemplo, habilidades de autorregulación emocional para gestionar mejor sus emociones en situaciones de acoso escolar o conflictos entre pares. Además, competencias sociales para que puedan construir relaciones interpersonales más saludables y así reducir la incidencia de episodios de acoso escolar. Con esta intervención, el entorno escolar se convertirá en un espacio seguro, creando espacios de escucha para los alumnos, reduciendo conflictos entre compañeros y disminuyendo la violencia en las aulas.

Al mismo tiempo, se resalta la importancia de trabajar junto a los docentes y directivos ya que ellos serán capaces de continuar con la implementación de esta propuesta a lo largo del tiempo, incluso una vez concluida la ejecución del proyecto, debido a que contarán con las habilidades para abordar este fenómeno habiendo aprendido sobre competencias socioemocionales y teniendo como herramienta el protocolo que realizaron en la capacitación. Esto permite trabajar activamente en la prevención y abordaje del acoso escolar, no sólo en los alumnos de primer año, sino en todos los alumnos de la institución para lograr un impacto verdadero, eficaz y persistente.

En este trabajo se identifica la limitación de no poder realizar un seguimiento mediato de la evolución de los alumnos post intervención, debido a las limitaciones de tiempo del proyecto. Esto implica que no sería posible realizar una evaluación a largo plazo del aprendizaje y aplicación

de competencias socioemocionales de los alumnos. De todos modos, se espera que este proyecto sirva como impulso a incluir la educación emocional en el plan de estudios de la institución, no solo para los alumnos de primer año sino para los estudiantes de todos los cursos y años, ya que significaría un gran beneficio para todos los alumnos de la institución. También se hace hincapié en la posibilidad de continuar con la implementación del proyecto para seguir profundizando en el tratamiento de esta problemática que afecta a la institución.

En definitiva, para abordar los desafíos del acoso escolar es esencial implementar un proyecto de educación emocional, que enseñe competencias emocionales tanto para los alumnos como para los docentes. También es crucial llevar a cabo una intervención psicoeducativa específica para prevenir conflictos y el acoso, y promover un ambiente educativo más saludable y propicio para el aprendizaje.

Referencias

- Andino Jaramillo, R. A. (2018). *Capacitación docente: Pilar para la identificación y gestión de la violencia escolar*. *Alteridad*, 13(1), 108-119. Recuperado de: <http://scielo.senescyt.gob.ec/pdf/alteridad/v13n1/1390-325X-Alteridad-13-01-000108.pdf>
- Bisquerra Alzina, R. (2003). *Educación emocional y competencias básicas para la vida*. *Revista de Investigación Educativa*, 21(1), 7-431. Recuperado de: <https://revistas.um.es/rie/article/view/99071/94661>
- Bisquerra Alzina, R. y Chao Rebolledo, C. (2021). *Educación emocional y bienestar: por una práctica científicamente fundamentada*. *Revista Internacional de Educación Emocional y Bienestar*, 1(1), 9-29. Recuperado de: <https://rieib.ibero.mx/index.php/rieib/article/view/4/3>

- Bustamante Espinoza, L. K., Luzuriaga Calle, M. A., Rodríguez Pañora, P. E., y Espadero Faicán, R. G. (2022). *Desarrollo psicológico del adolescente: una revisión sistemática*. Pro Sciences: Revista De Producción, Ciencias E Investigación, 6(42), 389-398. Recuperado de: <https://journalprosciences.com/index.php/ps/article/view/498/551>
- Caballo, V. E., Calderero, M., Carrillo, G. B., Salazar, I. C., e Iruña, M. J. (2011). Acoso escolar y ansiedad social en niños (II): Una propuesta de intervención en formato lúdico. Behavioral Psychology / Psicología Conductual, 19(3), 611-626. Recuperado de: https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2019/08/07.Caballo_2_19-3oa-1.pdf
- Cardozo, G. (2021). *Factores vinculados al bullying en escolares de Córdoba, Argentina*. Liberabit, 27 (1), e459. Recuperado de: <http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v27n1/2223-7666-liber-27-01-e459.pdf>
- Cardozo, G., Ardiles, R. y Fantino, I. (2020). *¿Cómo mejorar la convivencia entre jóvenes en la escuela?* Revista EXT. Discusión y difusión de experiencias y teorías sobre Extensión Universitaria, 11. Recuperado de: <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/ext/article/view/30555/31302>
- Castro Santander, A., Nistal, M. y Orlicki, E. (2023). *¿Cómo perciben la convivencia escolar los alumnos y directores de secundaria?* Observatorio de Argentinos por la Educación. Recuperado de: https://argentinosporlaeducacion.org/wp-content/uploads/2023/03/%C2%BFComo-perciben-la-convivencia-escolar-los-alumnos-y-directores-de-secundaria_.pdf

Feito, L. (2007). *Vulnerabilidad*. Anales del Sistema Sanitario de Navarra, 30 (3). Recuperado de:
<https://scielo.isciii.es/pdf/asisna/v30s3/original1.pdf>

García López, J. M. (2011) El proceso de capacitación, sus etapas e implementación para mejorar el desempeño del recurso humano en las organizaciones. Contribuciones a la Economía, ISSN-e 1696-8360, Vol. 9, N°. 2, 2011. Recuperado de:
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9177059>

Güemes-Hidalgo, M., Ceñal González-Fierro, M. J., Hidalgo Vicario, M. I. (2017) *Desarrollo durante la adolescencia. Aspectos físicos, psicológicos y sociales*. Pediatría Integral; XXI (4): 233–244. Recuperado de:
<https://www.adolescenciasema.org/ficheros/PEDIATRIA%20INTEGRAL/Desarrollo%20durante%20la%20Adolescencia.pdf>

IPEM 193 - José María Paz. (s.f.). *Inicio* [Página de Facebook]. Facebook. Recuperado el 26 de abril de 2024 de: https://www.facebook.com/IPEM193/?locale=es_LA

Ley N° 10151 (2013). *Incorpora al sistema educativo provincial, la enseñanza relacionada con el acoso y la violencia escolar, práctica denominada bullying*. Recuperado de:
<http://web2.cba.gov.ar/web/leyes.nsf/0/9EF9CAEFB1F88F0F03257B9B006C944C?OpenDocument&Highlight=0,10151>

Lugones Botell, M., Ramírez Bermúdez, M. (2017) *Bullying: aspectos históricos, culturales y sus consecuencias para la salud*. Revista Cubana de Medicina General Integral. 33 (1): 154-162. Recuperado de: <http://scielo.sld.cu/pdf/mgi/v33n1/mgi14117.pdf>

Moya Carrera, B. (2023). *La importancia de la educación emocional en la prevención del acoso escolar*. Bastcorp. Editorial Innova. 2 (2). Recuperado de: <https://editorialinnova.com/index.php/bij/article/view/30/30>

Murillo Iniesta, M. A. (2021). *La educación emocional: una esperanza contra el acoso escolar*. Universidad Pontificia. Recuperado de: <https://repositorio.comillas.edu/xmlui/bitstream/handle/11531/61220/TFG-Murillo%20Iniesta%2c%20Miguel%20Angel.pdf?sequence=2&isAllowed=y>

Olweus, D. (2004) *Conductas de acoso y amenaza entre escolares*. Ediciones Morata. Recuperado de: https://books.google.com.ar/books?id=S0wSk71uQz0C&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ViewAPI&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false

Olweus, D. (2014) *Acoso escolar, "Bullying", en las escuelas: hechos e intervenciones*. ResearchGate. Recuperado de: <https://unidaddegenerosgg.edomex.gob.mx/sites/unidaddegenerosgg.edomex.gob.mx/files/Biblioteca%202022/Acoso%20Escolar/AE-2%20Acoso%20escolar%2C%E2%80%9Cbullying%E2%80%9D%2C%20en%20las%20escuelas%20Hechos%20e%20intervenciones%20Dan%20Olweus.pdf>

Peña Casares, M. J. (2020). *Acoso escolar e intervención a través de la educación emocional*. Universidad de Granada. Tesis doctorales. Recuperado de: <https://digibug.ugr.es/bitstream/handle/10481/63361/73919.pdf?sequence=4&isAllowed=y>

Rosabal García, E., Romero Muñoz, N., Gaquín Ramírez, K., y Hernández Mérida, R. A. (2015).

Conductas de riesgo en los adolescentes. Revista Cubana de Medicina Militar, 44 (2).

Recuperado de: <http://scielo.sld.cu/pdf/mil/v44n2/mil10215.pdf>

Universidad Siglo 21 (2019). *Dispositivo taller.* Cátedra Psicoterapia IV. Carrera Licenciatura en

Psicología.

Recuperado

de:

<https://siglo21.instructure.com/courses/32576/pages/modulos#lectura1m2>

Universidad Siglo 21 (2019). *I.P.E.M. N° 193 José María Paz.* Cátedra Seminario Final de

Psicología.

Carrera

Licenciatura

en

Psicología.

Recuperado

de:

<https://siglo21.instructure.com/courses/32837/pages/plan-de-intervencion-modulo-0#org1>

Apéndice

Apéndice A: ficha de dos semanas para registrar las emociones

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo

Apéndice D: dibujos



Apéndice E: Mentimeter

<https://www.mentimeter.com/es-ES>



Apéndice F: Presentación de Canva: Acoso escolar y educación emocional

https://www.canva.com/design/DAGHr_PtOOM/NB_U8xXVOVAkfKhvkPNXRQ/edit

Acoso Escolar y Educación Emocional

Definición

De acuerdo con Olweus (2004), la situación de acoso e intimidación puede definirse como: "Un alumno es agredido o se convierte en víctima cuando está expuesto, de forma repetida y durante un tiempo, a acciones negativas que lleva a cabo otro alumno o varios de ellos"

Tipos de acoso escolar



Físico
Empujones, golpes.



Verbal
Insultos, burlas.



Psicológico
Intimidar, amenazar.



Social
Exclusión, rumores.



Cyberbullying
Comentarios y mensajes nocivos en redes sociales.

Características de la víctima

- Tiende a ser una persona reservada, sensible, callada, apartada y tímida.
- Suele manifestar inquietud, inseguridad, tristeza y baja autoestima.
- Sentimientos de depresión, es más propensa a tener pensamientos suicidas en comparación con sus compañeros.
- Generalmente no tiene amistades cercanas y se relaciona mejor con adultos que con sus compañeros.
- En el caso de los varones, suelen ser físicamente más débiles que sus compañeros.

Características del agresor

- Marcada necesidad de tener el control y dominar a sus compañeros, buscando siempre "salirse con la suya".
- Tendencia a la impulsividad y al enojo fácil.
- Ausencia de empatía o solidaridad hacia los compañeros victimizados.
- Actitudes desafiantes y agresivas hacia adultos como padres y profesores.
- Suele participar en actividades antisociales y delictivas, como vandalismo, delincuencia y consumo de drogas.
- En el caso de los varones, suelen ser físicamente más fuertes que sus pares, y que sus propias víctimas.

Causas y consecuencias del acoso escolar

El acoso escolar puede tener múltiples causas, como problemas familiares, falta de atención, baja autoestima, inseguridad, influencias del entorno social, o la dinámica del grupo en el que se encuentra el adolescente.

Es fundamental resaltar que el acoso escolar no se debe a una sola causa, sino que generalmente resulta de una combinación de factores que pueden variar en cada situación.

El acoso escolar puede tener consecuencias severas en las víctimas, tanto física como psicológicamente. Entre las repercusiones más frecuentes se encuentran la ansiedad, la depresión, el aislamiento social y un bajo rendimiento académico.

Asimismo, en situaciones extremas, el acoso escolar puede conducir a la aparición de trastornos psicológicos más serios, como el estrés posttraumático o el trastorno de ansiedad generalizada.

Datos locales

Una investigación realizada con estudiantes de nivel secundario de escuelas públicas y privadas de Córdoba, indicó que: el 63% sufrió alguna vez acoso por parte de sus pares, el 61% participó como agresor, mientras que el 91% lo hizo como observador.

Se registró también, una fuerte presencia de ciberacoso: la mitad de los chicos (54%) dijeron que alguna vez habían sufrido algún tipo de acoso, el



Competencias emocionales

- Autoconciencia: Capacidad de reconocer y comprender las propias emociones, pensamientos y valores, y cómo estos influyen en el comportamiento.
- Conciencia social: Habilidad para reconocer y empatizar con las emociones y expresiones de otras personas, y adoptando la perspectiva de los demás.
- Toma de decisiones responsable: Capacidad de tomar decisiones conscientes, responsables y respetuosas.
- Autorregulación: Habilidad para gestionar constructivamente las propias emociones, pensamientos y comportamientos, evitando reacciones impulsivas.
- Habilidades para relacionarse: Capacidad de establecer y mantener relaciones satisfactorias con diversas personas y grupos.

Beneficios de la educación emocional

1. Mejora de competencias sociales y emocionales.
2. Mejora de actitudes hacia uno mismo, los demás y la escuela.
3. Comportamiento positivo en el aula.
4. Mejora del ambiente del aula.
5. Reducción del comportamiento disruptivo.
6. Mejora del rendimiento académico.

Además, el desarrollo de competencias socioemocionales reduce problemas y conflictos, comportamientos problemáticos, agresividad y violencia, ansiedad y estrés, y disminuye la deserción escolar.

La importancia de la Educación Emocional en la Prevención del Acoso Escolar

Diversos estudios demuestran que los programas de educación emocional reducen significativamente los incidentes de acoso escolar, destacando la importancia de incluir esta educación de manera transversal en el currículo. La educación emocional beneficia tanto a víctimas como a agresores, desarrollando empatía y autorregulación emocional, y fomentando una cultura de respeto y convivencia pacífica.

No obstante, es esencial enfrentar desafíos como la resistencia de algunos profesores y la falta de recursos adecuados. La formación docente en educación emocional es crucial para el éxito de estas intervenciones, ya que los profesores desempeñan un papel clave en crear un entorno escolar seguro y saludable.

Apéndice G: “Las emociones y sus funciones: ¿Por qué es tan importante conocerlas?”

<https://www.youtube.com/watch?v=OvgbMajFhmE&t=1s>



Las EMOCIONES y sus funciones: ¿Por qué es tan importante conocerlas? | Psi Mammoliti

Apéndice H: “Emociones básicas - Intensamente”

<https://www.youtube.com/watch?v=8j23IRUucKM>



Emociones básicas - Intensamente

Apéndice I: imágenes de situaciones de acoso escolar



Apéndice J: “La importancia de la educación emocional - Carmen Albana Sanz - TEDxBarcelona”

<https://www.youtube.com/watch?v=T8WgJKXtVsE>



La importancia de la educación emocional | Carmen Albana Sanz | TEDxBarcelona

Apéndice K: “Ocho lecciones de educación emocional. Begoña Ibarrola, psicóloga y escritora”

<https://www.youtube.com/watch?v=-9GnFyrLAHA>



Ocho lecciones de educación emocional. Begoña Ibarrola, psicóloga y escritora

Apéndice L: protocolos para el acoso escolar

<https://www.unicef.org/panama/media/806/file/Protocolo%20de%20Acci%C3%B3n%20ante%20Situaciones%20de%20Acoso%20Escolar.pdf>

https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/295965/Protocolo_Queretaro.pdf

<https://www.igualdadycalidadcba.gov.ar/SIPEC-CBA/publicaciones/2023/guia-de-orientacion-para-el-abordaje-de-situaciones-de-acoso-escolar.pdf>

Apéndice M: cuestionario para alumnos

<https://forms.gle/952WyaSTBYBAeNdA9>

Cuestionario N° 1: Alumnos

En este cuestionario deberás responder a las siguientes preguntas relacionadas a las actividades que hicimos juntos. Es importante aclarar que no hay respuestas correctas o incorrectas, y que las respuestas son anónimas. Deberás responder qué tan de acuerdo estás con las siguientes afirmaciones:

marialuciaowen@gmail.com [Cambiar de cuenta](#)
 No compartido

* Indica que la pregunta es obligatoria

Aprendí a identificar mis emociones en cualquier momento. *

Totalmente en desacuerdo
 En desacuerdo
 Ni de acuerdo ni en desacuerdo
 De acuerdo
 Totalmente de acuerdo

Puedo sentir e identificar las emociones de las personas que me rodean. *

Totalmente en desacuerdo
 En desacuerdo
 Ni de acuerdo ni en desacuerdo
 De acuerdo
 Totalmente de acuerdo

Aprendí la mejor manera de regular las emociones negativas. *

Totalmente en desacuerdo
 En desacuerdo
 Ni de acuerdo ni en desacuerdo
 De acuerdo
 Totalmente de acuerdo

Puedo reconocer los distintos tipos de bullying que vivo o veo en el colegio, y contarlo. *

Totalmente en desacuerdo
 En desacuerdo
 Ni de acuerdo ni en desacuerdo
 De acuerdo
 Totalmente de acuerdo

Siento más confianza para pedir ayuda si alguien me molesta o me insulta. *

Totalmente en desacuerdo
 En desacuerdo
 Ni de acuerdo ni en desacuerdo
 De acuerdo
 Totalmente de acuerdo

Aprendí sobre la importancia de expresar las emociones. Aprendí a expresar mis emociones. *

Totalmente en desacuerdo
 En desacuerdo
 Ni de acuerdo ni en desacuerdo
 De acuerdo
 Totalmente de acuerdo

Aprendí que las emociones pueden ser reguladas. Aprendí a regular mis propias emociones. *

Totalmente en desacuerdo
 En desacuerdo
 Ni de acuerdo ni en desacuerdo
 De acuerdo
 Totalmente de acuerdo

Puedo distinguir entre las emociones, el comportamiento y el pensamiento. *

Totalmente en desacuerdo
 En desacuerdo
 Ni de acuerdo ni en desacuerdo
 De acuerdo
 Totalmente de acuerdo

Aprendí sobre la importancia de tener una buena comunicación con las personas que me rodean. *

Totalmente en desacuerdo
 En desacuerdo
 Ni de acuerdo ni en desacuerdo
 De acuerdo
 Totalmente de acuerdo

Siento más confianza para ayudar a algún compañero si veo que lo están molestando o insultando. *

Totalmente en desacuerdo
 En desacuerdo
 Ni de acuerdo ni en desacuerdo
 De acuerdo
 Totalmente de acuerdo

¿Qué tan seguido observas o presencias situaciones de acoso escolar?

- Nunca
- Casi nunca
- Ocasionalmente
- Cada mes
- Una vez a la semana

¿Estarías dispuesto a hacer algo para ayudar a la persona que sufre acoso?

- Sí
- No
- No sé

¿Cómo se puede ayudar a las víctimas del bullying?

- Promover un entorno escolar seguro y respetuoso
- Fomentar la convivencia pacífica entre los alumnos
- Esperar a que los alumnos resuelvan el problema entre ellos
- Actuar de manera inmediata y contundente ante cualquier situación de acoso escolar
- Estar atentos ante cualquier señal de acoso escolar en los alumnos

Enviar

Borrar formulario