

**Habilidades para la Vida en la Prevención del Acoso Escolar**

**Trabajo de Grado para Optar por el Título de Psicóloga**

**Alejandra Cano Correa**

**Asesor  
Catalina Rincón Díaz  
Magister en Psicología**

**Corporación Universitaria lasallista  
Facultada de Ciencia Sociales  
Programa de Psicología  
Caldas-Antioquia  
2019**

## TABLA DE CONTENIDO

Introducción.....	5
Diagnóstico.....	7
Objetivos.....	14
Objetivo general: .....	14
Objetivos específicos:.....	14
Contexto y actores sociales.....	15
Enfoque conceptual .....	18
Acoso escolar: .....	18
Tipos de acoso: .....	18
Maltrato verbal:.....	18
Intimidación psicológica: .....	19
Maltrato físico:.....	19
Aislamiento social: .....	19
Participantes que intervienen: ACOSADOR, VICTIMA Y OBSERVADORES.....	19
El acosador: .....	20
La víctima: .....	20
El observador o los observadores.....	20
Aprender a Pensar:.....	21
Pensamiento creativo:.....	21
Pensamiento crítico: .....	21
Autoconocimiento:.....	21
Toma de decisiones:.....	22
Aprender a Sentir: .....	22
Manejo de emociones y sentimientos:.....	22
Manejo de las tensiones y el estrés:.....	23
Aprender a Relacionarse: .....	23
-Empatía: .....	23
Comunicación asertiva:.....	23
Relaciones interpersonales: .....	24

Ruta metodológica .....	29
Criterios de evaluación.....	33
Cronograma de actividades y presupuesto .....	34
Caja de herramientas .....	36
Clasificación Rasgos .....	37
Acentuar lo Positivo .....	37
Soy único. Ejercicio de las huellas .....	37
D3.i patata .....	38
Frustraciones y Tensiones.....	38
Método de Relajación de Jacobson .....	40
Collage .....	41
El Jardinero .....	41
El amigo desconocido .....	42
Marionetas Conflictivas. ....	43
Pirañas en el río .....	44
Referencias .....	45
Apéndices.....	47
Apéndice A. Escala Likert.....	47
Apéndice B. Entrevista .....	47

**Tabla de ilustraciones**

Ilustración 1.Árbol de problema.....	6
Ilustración 2 Árbol de objetivos .....	13
Ilustración 3 Cronograma .....	34
Ilustración 4 Presupuesto.....	35
Ilustración 5.....	36
Ilustración 6.....	47

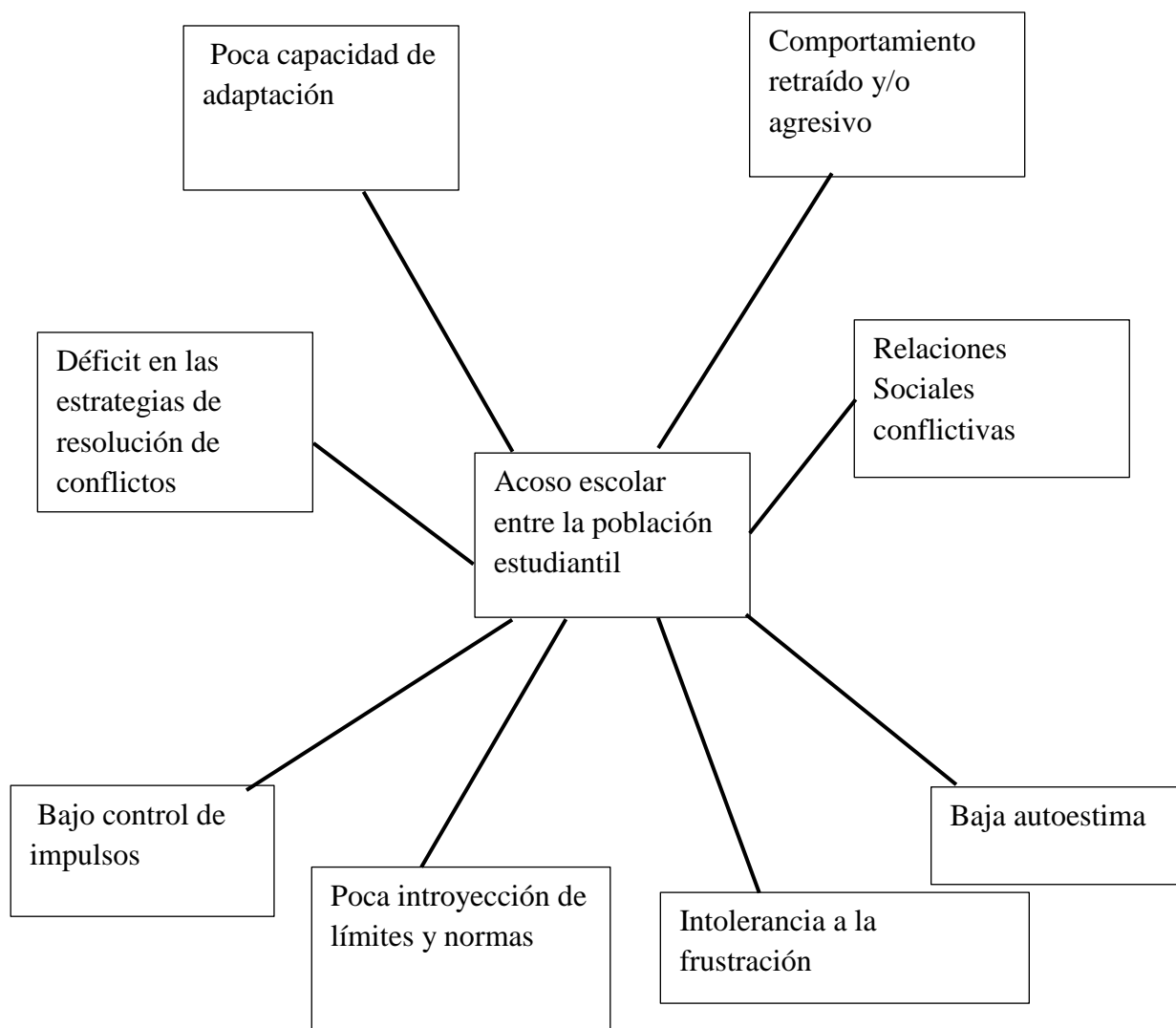
## Introducción

El presente trabajo es elaborado en relación a los diferentes constructos teóricos que nos hablan acerca del fenómeno del acoso escolar, y en base a éstos se construye un proyecto de prevención con el fin de aportar al ambiente académico y a los niños, niñas y adolescentes inscritos en las instituciones, herramientas de convivencia como lo son las habilidades para la vida.

En la comprensión de fenómeno del acoso escolar intervienen múltiples factores asociados con los orígenes, contexto social y cultural, procedencia familiar y nivel socioeconómico de los sujetos involucrados y de la institución escolar que los alberga. Dada la complejidad del fenómeno, cualquier tipo de estudio sobre él requiere el conocimiento del contexto en el cual se hace evidente, de sus actores y de los aspectos que inciden de manera directa e indirecta en su aparición y desarrollo.

Para prevenir dicho fenómeno se construye este proyecto, en el cual se encuentra el árbol de problemas y el árbol de objetivos, acompañados del diagnóstico y el reconocimiento de los actores que participan en las dinámicas escolares; a su vez se encuentra el marco conceptual desde el que se fundamenta las acciones a tomar, a partir de la metodología, en la que el taller reflexivo es el protagonista y se acompaña de la caja de herramientas, constituida por las actividades que se proponen realizar para el fortalecimiento de las habilidades para la vida.

**Ilustración 1. Árbol de problema**



## Diagnóstico

En Colombia se han encontrado algunos datos estadísticos que nos ayudan a poner en tela de juicio, la implicación que tiene el fenómeno del acoso escolar en la población estudiantil, y el impacto tanto físico como emocional. Al respecto, Cárdenas (2009), menciona que “Según la encuesta de victimización escolar aplicada en el año 2006 por la Secretaría de Gobierno de Bogotá a 87.302 estudiantes de los grados 5° a 11°, el 56% fue víctima de hurto dentro del colegio, 46% recibió insultos en la última semana, el 33% afirmó haber sido víctima de maltrato físico al menos una vez en el mes anterior y el 15% dijo haber sido testigo de agresión a otros compañeros en el último año con objetos tales como piedras, cadenas, cuchillos o armas de fuego” (Citado en Contreras, 2013, P.2 ). La Alcaldía de Bogotá (2009), matiza otras formas de maltrato escolar, se destaca el maltrato emocional, que en los colegios de Bogotá se registra como una de las más visibles, toda vez que el 38% de la población escolar es víctima de insultos que los hacen sentir mal; el 22% sufre de rechazo y exclusión por parte de sus compañeros; y el 9% manifiestan haber recibido amenazas en los colegios (Citado en Contreras, 2013, P2). Los anteriores datos demuestran la importancia de atender e intervenir las situaciones de agresión que experimentan los niños, niñas y adolescentes dentro de las instituciones educativas; lo que implica a su vez la posibilidad de pensar sobre la necesidad de implementar programas de prevención y acompañamiento en los que se impacte de manera positiva el desarrollo moral de los mismos

Se evidencia así, que el acoso escolar es una problemática social presente en las instituciones educativas, definiéndose como el fenómeno que tiene de objetivo principal

dañar a la víctima. El acoso se produce entre pares evidenciándose de manera asimétrica de poder, o empoderamiento de conductas violentas, cuyas consecuencias son observables en la baja autoestima, bajo rendimiento académico, miedo a estar dentro del aula, sin supervisión de un adulto. El acoso escolar puede ser de manera directa o indirecta. El directo se puede manifestar de manera física, por medio de golpes, insultos, gritos, empujones etc. Por el contrario, el indirecto lo hace mediante comportamientos como ignorar a las personas y excluirlas socialmente.

El acoso escolar es un fenómeno como tal complejo y pluricausal, los primeros estudios sobre la violencia entre iguales fueron realizados por Heinemann (1972) y Olweus (1973; 1978; 1993; 1996; 1998). Gracias a estos estudios podemos encontrar otra definición sobre el maltrato como una conducta de persecución y agresión física, psicológica o moral que realiza un alumno o grupo de alumnos sobre otro.

Ampliando un poco lo dicho anteriormente, es importante comprender que la definición de acoso escolar , abre la puerta a la explicación sobre la violencia, ya que si conocemos de fondo la implicación que tiene la violencia, en conductas destructivas, y siendo estas la raíz principal del fenómeno, logramos comprender el comportamiento humano, y para esto partimos de la ilustración sobre la agresión de Winnicott, que a partir de sus postulaciones psicoanalíticas nos explica que el odio no es una emoción inicial en el bebé, sino que aparece muy tardíamente e implica poder reconocer al enemigo como otro. El odio se puede considerar como tal cuando hay un yo lo suficientemente integrado como para responsabilizarse de la intención agresiva, lo que se pone en evidencia en las patologías que incluyen problemas de autoestima, en las que se hace manifiesta la dificultad de sentir odio a pesar de la dimensión del daño

recibido. La agresividad, para Winnicott, constituye una fuerza vital, un potencial que trae el niño al nacer y que podrá expresarse si el entorno lo facilita, sosteniéndolo adecuadamente. Cuando esto no sucede el niño reaccionará con sumisión, teniendo dificultad para defenderse, o con una agresividad destructiva y antisocial.

A partir de este concepto de agresividad se da origen a una explicación sobre la violencia, ya que estos dos conceptos están yuxtapuestos, y no podemos hablar sobre violencia sin entender la agresividad. Desde lo pulsional Freud nos explica, que los deseos están guiados por un instinto innato de muerte, donde la energía está dirigida hacia la destructividad. Consecuente a la explicación de la agresividad, vemos que la neurobiología nos ilustra con su explicación, sobre que el sujeto esta mediado por un factor genético, donde su comportamiento es conllevado netamente a una función biológica. Por otra parte, hay teorías más sociales como la teoría del aprendizaje. Estas teorías resaltan la importancia del medio social en la adquisición de conductas agresivas. El principal exponente de esta teoría es Albert Bandura. Este exponente propone dentro de su teoría que principalmente aprendemos por la observación de otros modelos, los cuales pueden ser el padre, la madre, un hermano, u maestro. Los diferentes modelos a seguir según Bandura contribuyen en gran medida en la replicación de la conducta aprendida por los sujetos de muestra y esta conducta es replicada en diferentes contextos ya sea en el mismo hogar o en una institución educativa.

Consecuente a lo mencionado anteriormente, cabe destacar que conocer sobre la violencia, y la agresividad juega un papel fundamental para darle inicio a la comprensión del fenómeno del acoso escolar.

Gracias a la comprensión de los diferentes conceptos mencionados inicialmente, a continuación, prendemos el foco al eje principal de la explicación acerca de las diferentes causas y efectos en la población estudiantil, sobre el acoso escolar.

Se evidencia en el fenómeno del acoso escolar, que las causas, y los efectos en la población son multicausales. En el árbol de problemas se observan las principales causas del acoso escolar entre la población estudiantil. Estas causas nos dan un enfoque global sobre el fenómeno del acoso, y nos presenta un amplio aspecto acerca de la importancia de trabajar sobre estas causas, para así mejorar sus efectos. Causas como: Déficit en las estrategias de resolución de conflictos, donde nos referimos a aquellas situaciones de disputa o divergencia en la que existe una contraposición de intereses, necesidades, sentimientos y conductas entre individuos donde sus metas no son compatibles, y esto genera un efecto de bajo control de impulsos. Otra causa son las relaciones sociales conflictivas, ya que en medio del ámbito escolar los niños, las niñas y los adolescentes no encuentra la manera más adecuada de relacionarse con sus pares, si no es por la vía de la violencia, donde su efecto se observa en la poca introyección de límites y normas, ya que el proceso de diferenciación se encuentra aún sin definirse. Dentro de las causas también encontramos, que la poca capacidad de adaptación, es un desencadenante a la intolerancia a la frustración ya que, si el estudiante no logra adaptarse a su entorno, se frustrara y sus herramientas internas se verán limitadas en el momento de enfrentarse en un conflicto con sus pares. Dentro del fenómeno del acoso escolar el comportamiento retraído y/o agresivo está dentro de la categoría de las causas ya que tanto la víctima como el agresor, presentan estos

comportamientos que desencadenan una baja autoestima, dañando su autoimagen y percepción de sí mismos.

El acoso escolar como se menciona anteriormente, se muestra ante el mundo de muchas maneras y puede ser un fenómeno complejo en el que intervienen varios factores, como familiares o sociales. El acoso escolar genera consecuencias en los actores involucrados en el, y no solo se habla de las víctimas, sino también de los agresores.

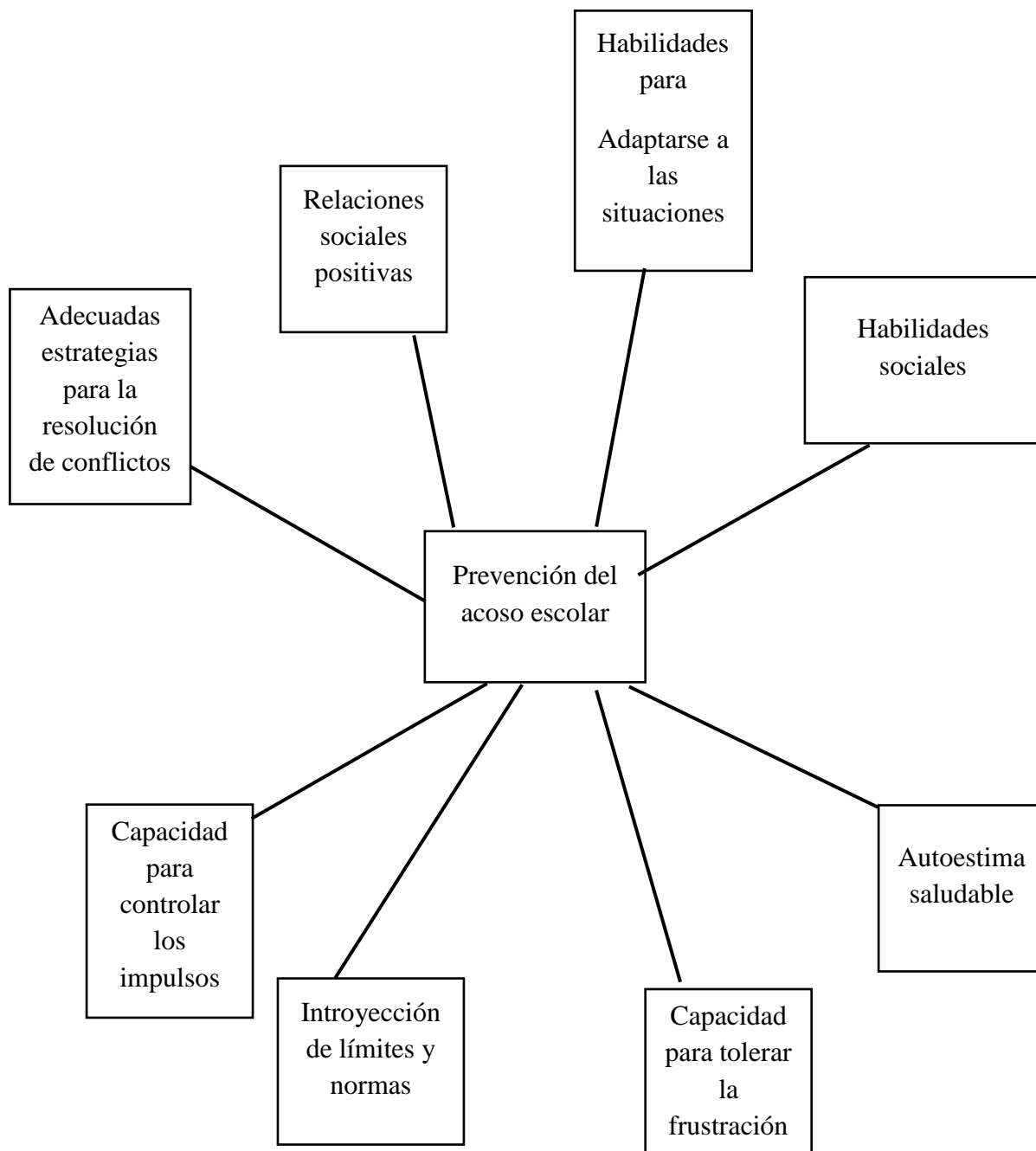
En las víctimas el hostigamiento incide de manera directa en su bienestar y desarrollo interpersonal. La víctima suele ser quien exhibe las consecuencias más notorias como la baja autoestima, la pérdida del interés por ir al colegio, actitudes pasivas, y hasta trastornos emocionales. No hay un dato estadístico específico que nos ponga en evidencia que tan perjudicial puede ser el acoso escolar en la población estudiantil, pero si podemos ver en las víctimas que se autolesionan y esto puede ser desencadenado por una depresión que lo conlleve al daño físico tanto de sí mismos como hacia los demás. También podemos encontrar problemas, como la ansiedad, pensamientos suicidas y problemas psicosomáticos

En los agresores las conductas de agresión repetidas pueden generar frustración por la imposibilidad de socializar, contribuyendo así a que las conductas agresivas aumenten. Los efectos que por lo general se presentan en los agresores son: disminución de la comprensión moral y disminución de la empatía, que se entiende por la escasa capacidad de ponerse en el lugar del otro, y también puede presentar una baja autoestima ya que su autoconcepto se encuentra nublado, por cumplir de manera consecutiva el rol de agresor, impidiendo mejorar su propia imagen.

El propósito principal de poner en evidencia estas causas, es demostrar la importancia que tiene la institución de cumplir con los diferentes proyectos educativos que se deben implementar en cada institución con el fin de defender, y promover el cuidado de la salud mental.

La institución dentro de sus funciones principales está encargada de ser un espacio, donde el ser humano puede y tenga la oportunidad de mostrar sus habilidades, tanto sociales como individuales, y también está delegada de cumplir una función protectora y esto se cumple gracias a la ley de convivencia escolar 1620 del 15 de marzo del 2013 es creada por el sistema nacional de convivencia escolar y formación para el ejercicio de los derechos humanos, la educación para la sexualidad y la prevención y mitigación de la violencia escolar. Esta ley regula de manera clara la importancia que tiene dentro de las instituciones diseñar proyectos. En el capítulo III, artículo 15 nos hablan sobre la responsabilidad del ministerio de educación al promover y fomentar la implementación de programas para el desarrollo de competencias ciudadanas y dicha implementación se hará a través de proyectos pedagógicos de carácter obligatorio, de conformidad con el artículo 14 de la ley general de educación como parte de los Proyectos Educativos Institucionales –PEI- o de los Proyectos Educativos Comunitarios-PEC- según el caso.

Ilustración 2 Árbol de objetivos



## **Objetivos**

### **Objetivo general:**

Prevenir el acoso escolar a través de la implementación de las habilidades para la vida

### **Objetivos específicos:**

1. Fomentar el desarrollo de habilidades sociales
2. Potencializar la tolerancia a la frustración
3. Promover la introyección de límites y normas

## Contexto y actores sociales

En septiembre 3 de 1997 se da la Resolución Departamental # 1180 y se integran el “Liceo José María Bernal primera agrupación” y el “Liceo José María Bernal segunda agrupación” en un solo establecimiento que se seguirá denominando “Liceo José María Bernal”.

Con la Resolución Departamental # 0595 del 29 de enero de 2003 con la cual se fusionan unos establecimientos educativos, el “Liceo José María Bernal” y las escuelas “Joaquín Aristizábal” – “Santa Inés” y “Jorge Valencia Jaramillo” y la sección primaria “Federico Ángel” que más tarde se convirtió en institución educativa, en adelante se denominó “Institución Educativa José María Bernal”, emitida por la Secretaría de Educación y Cultura de Antioquia en cumplimiento de los lineamientos establecidos en la Constitución Nacional de 1991 en sus artículos 67 y 68, la ley 115 de 1994 en su artículo 87 y la ley 715 de 2001. Por otra parte, es importante conocer un poco sobre la reseña historia de la Institución Educativa José María Bernal, ya que en una de sus sedes llamada Santa Inés se implementará el proyecto.

La sede Santa Inés cuenta con los grados: preescolar, primero, segundo, tercero, cuarto y quinto de primaria, en la Institución están las dos jornadas, la de la mañana y la de la tarde. En la mañana están los grados preescolares 1, cuanto 1 y 2, y quinto 1 y 2. En la tarde están los grados: preescolar 2, primero 1 y 2, segundo 1 y 2, por último, tercero 1 y 2. En cada grado se cuenta con aproximadamente entre 28 y 30 estudiantes.

Gracias a la información brindada por el personal de la Institución, dentro de ésta, en general hay ciertas problemáticas que debemos tener en cuenta para la comprensión del fenómeno del acoso escolar. En primera instancia se habla de un acompañamiento limitado por parte de los padres de familia en el proceso académico de los estudiantes, estando los niños, las niñas y adolescentes, en cuidado de abuelos o familiares alternos. En segunda instancia se menciona que hay una problemática a nivel de aprendizaje, donde se observa que los niños, niñas y adolescentes, presentan problemas familiares y esto es llevado al ámbito escolar, influyendo de manera significativa en el proceso de aprendizaje.

Tomando en cuenta lo mencionado anteriormente, es importante conocer aspectos relevantes, como las problemáticas centrales de la Institución y su composición grupal, ya que, al comprender la dinámica del establecimiento, se torna más claro, entender la selección de la institución y dar una explicación adecuada, acerca de la población a trabajar. Para esto se ilustra de manera más clara el fundamento teórico para trabajar con la población de la niñez intermedia.

Entre los 6 y los 12 años se producen grandes cambios en el desarrollo cognitivo, social y emocional del niño. Estos avances se traducen en una integración más profunda de los rasgos personales y amistades más sólidas e íntimas en la primera infancia. La etapa de la niñez intermedia nos ayuda a comprender de manera clara, que es el periodo más importante para la incorporación de las habilidades sociales. En la mayoría de las culturas, gran parte del desarrollo cognoscitivo y social se realiza en el salón de clase. A partir de los cinco o siete años de edad muchas

habilidades maduran e interactúan en formas que facilitan el aprendizaje y lo hacen más eficaz.

En la teoría de Piaget, el periodo comprendido entre los cinco y los siete años se marca la transición del pensamiento preoperacional al de las operaciones concretas: el pensamiento es menos intuitivo y egocéntrico y se vuelve más lógico. Al terminar la etapa preoperacional las características de rigidez, e irreversibilidad del pensamiento infantil comienza a disolverse. El pensamiento ahora comienza a ser más flexible y un poco más complejo.

Los anteriores conceptos se esclarecen con la idea principal de focalizar la implementación del proyecto en la niñez intermedia que es a partir de los siete años hasta los doce. El cuerpo estudiantil son niños de primero a tercero, se da la selección de estos ciudadanos ya que cuentan con las características apropiadas, para que el conocimiento se instaure y logre ser replicado en grados más avanzados. La población a trabajar cuenta con una característica importante, y es que se encuentra en un periodo sensible del desarrollo, donde el conocimiento se adquiere de manera eficaz. Otra de sus características es que son habitantes de nivel socioeconómico bajo. La OMS (2003) menciona que un nivel económico bajo se caracteriza por la privación o falta de acceso a los medios a través de los cuales las personas pueden materializar plenamente su potencial humano. En Colombia según el DANE los estratos 1,2 y 3 corresponden a estratos bajos que alojan usuarios con menores recursos. Para el DANE la pobreza es el poco acceso a una vivienda mejor, el proveer de otros bienes y servicios como lo es la salud, la educación y la recreación.

## **Enfoque conceptual**

Es importante luego de hacer un diagnóstico darnos cuenta que, el problema central es el acoso escolar, dar una definición de acoso escolar y sus tipos.

### **Acoso escolar:**

Según Sánchez, (2009) varias maneras de referirnos al acoso escolar, se hace referencia a palabras como bullying, violencia o maltrato escolar. La palabra bullying significa intimidación a alguien. El acoso escolar se trata de una forma de maltrato y es de forma intencionada y es perjudicial. El acoso se hace de un estudiante a otro y generalmente se busca el más débil, quien se convertirá en víctima de forma habitual. Este fenómeno produce tanto daño psicológico como físico, por lo tanto, trae consecuencias, afectan el desarrollo del sujeto en ámbito escolar y en su estabilidad emocional.

### **Tipos de acoso:**

Según Sánchez, (2009) el maltrato entre compañeros aparece de formas muy diversas. Las maneras de manifestarse no siempre son de forma psicológica o golpizas, estas se pueden presentar de manera muy silenciosa y se pueden manifestar en sus primeras etapas como pelas entre compañeros. Algunas de las conductas intimidatorias más comunes son las siguientes:

### **Maltrato verbal:**

Se trata de acoso verbal, se da mediante palabras hirientes, insultos, difamación, haciendo rumores, llamadas y mensajes telefónicos.

**Intimidación psicológica:**

Consiste en amenazas que provocan miedo, se hace con el objetivo de obligar hacer cosas contra la voluntad de la persona, también hay chantajes y burlas públicas, mensajes móviles y correos electrónicos con amenazas, en este tipo de acoso también se incluyen gestos groseros u otras estrategias que logren dañar psicológicamente a la víctima.

**Maltrato físico:**

Este tipo de maltrato puede realizarse de forma directa, lesiones, palizas, utilizando objetos, zancadillas, patadas entre otras. Cuando se habla acerca del maltrato físico de forma indirecta nos referimos a robos, daño de materiales, como libros, materiales escolares y objetos personales.

**Aislamiento social:**

Este tipo de abuso consiste en ignorar al joven, impedir la participación en el grupo y en actividades lúdicas programas en el aula, intimidar a los amigos de la víctima para que no tengan contacto con el joven, en general todo lo que provoque al aislamiento por completo de la víctima (Sánchez, A.2009).

**Participantes que intervienen: ACOSADOR, VICTIMA Y OBSERVADORES**

Según Sánchez, en el acoso escolar el acosador es quien intimida y somete a su víctima con el propósito de obtener algún resultado. Luego se rodea de un grupo de compañeros que se convertirán en los observadores y en algunos momentos en colaboradores de la conducta acosadora.

Los personajes que intervienen en una situación de maltrato, desempeñan cada uno su propio rol:

**El acosador:**

Pueden ser uno o varios y ejercen su poder a través del abuso y el hostigamiento. Normalmente, el agresor tiene un comportamiento provocador y de intimidación permanente. Posee un modelo agresivo en la resolución de conflictos, presenta dificultad para ponerse en el lugar del otro, vive una relación familiar poco afectiva, y tiene muy poca empatía.

El acoso escolar se lleva a cabo cuando el agresor sufre intimidaciones o algún tipo de abuso en casa, en la escuela o en la familia, o cuando es frecuentemente humillado por los adultos, o cuando vive bajo constante presión para que tenga éxito en sus actividades. Los agresores ejercen su acción contra su víctima de diversas formas: les golpean, molestan, provocan, acosan con empujones y golpes, les nombran de una forma desagradable o despectiva, les generan rumores, mentiras, les aíslan del grupo, les ofenden y les anulan.

**La víctima:**

Es quien sufre las agresiones, habitualmente, son niños, niñas y adolescentes sensibles y frágiles, son los esclavos del grupo, y no saben reaccionar por vergüenza o conformismo, siendo muy perjudicados por las amenazas y agresiones.

**El observador o los observadores.**

Son los compañeros, que observan los hechos y que no cuentan lo que sucede (Sánchez, 2009). Se trata del grupo de compañeros que colaboran con el acoso y en gran medida lo hacen posible por no denunciarlo a padres o profesores. Su actitud puede ser de colaboración, aplaudiendo las acciones e incluso grabándolas con las cámaras de los móviles. Pero incluso si se limitan a no hacer nada, su actitud pasiva refuerza la conducta de los agresores, pues no deja de ser una forma de aprobación.

En el enfoque conceptual también se habla de las habilidades para la vida, propuesta por la OMS. Estas son un conjunto de herramientas que contribuyen a la formación del grupo a intervenir, aportando conocimiento que se verá puesto en práctica en situaciones de la vida cotidiana. También se pretende desarrollar el empoderamiento de las personas o de la comunidad, dentro de las habilidades para la vida se puede encontrar una división en tres grandes grupos:

### **Aprender a Pensar:**

#### **Pensamiento creativo:**

Contribuye a la toma de decisiones y a la resolución de problemas, permitiendo explorar las alternativas disponibles y las diferentes consecuencias de las acciones u omisiones y a responder de manera adaptativa y con flexibilidad a las situaciones que ocurren en la vida cotidiana. Pensar creativamente impulsa a generar nuevas estrategias y ayuda a movilizar al sujeto de su zona de confort, contribuyendo a recrear las posibles maneras de resolver una situación problema.

#### **Pensamiento crítico:**

Es la habilidad para identificar, aceptar y preguntarse por lo que es correcto o incorrecto. Pertenece a la capacidad de llegar a conclusiones de manera apropiada de la realidad.

#### **Autoconocimiento:**

Implica reconocer el ser de cada uno, así como su carácter, fortalezas, debilidades, gustos y disgustos. El autoconocimiento facilita examinar los momentos de preocupación o tensión, y se convierte en el soporte y el motor de la identidad y de la autonomía. Conocer de manera apropiada nuestras debilidades y fortalezas, ayuda a

ampliar la imagen que se tiene de sí, y nos muestra un camino donde se puede observar el mundo que nos rodea y sus posibles redes de apoyo, como familiares y amigos.

**Toma de decisiones:**

Facilita actuar proactivamente para hacer que las cosas sucedan en vez de dejar que sucedan por razones externas. Continuamente estamos tomando decisiones, escogiendo qué hacer tras considerar distintas alternativas, esta habilidad ofrece instrumentos para evaluar las diferentes posibilidades en situaciones desfavorables, teniendo en cuenta las posibles consecuencias futuras, tanto en la propia vida como en la de los demás

**Aprender a Sentir:**

**Manejo de emociones y sentimientos:**

Ayuda a reconocer los sentimientos y emociones propias y los de los demás, a ser conscientes de cómo influyen en nuestro comportamiento social, y a responder a ellos en forma apropiada, obteniendo un dominio de las emociones y sentimientos, logrando mayor sintonía consigo mismo y las demás personas. Las emociones y sentimientos de manera frecuente se comunican con nuestro cuerpo, pero evitamos de una u otra manera estas alertas, provocando un desequilibrio que en algunos momentos nos hacen sentir incómodos hasta con nosotros mismos, a veces pensamos que no tenemos derecho a sentir miedo, tristeza o ira. Este es un ejemplo de cómo el mundo afectivo se puede ver distorsionado por prejuicios, temores y racionalizaciones.

**Manejo de las tensiones y el estrés:**

Facilita reconocer las fuentes de estrés, conduciéndonos a ampliar el panorama de lo que nos hace sentir mal, y al mismo tiempo reconocer que podemos hacer para controlar la situación de estrés. Las tensiones son inevitables en la vida de todas las personas, es una condición a la cual no podemos desvincularnos, el desafío es no evadir las tensiones, sino aprender a afrontarlas de manera constructiva, Esta habilidad permite identificar las fuentes de tensión y estrés el reto es construir vías alternas que nos ayuden de manera precoz atender a la situación y resolverla.

**Aprender a Relacionarse:****-Empatía:**

Capacidad de ponerse en los zapatos del otro e imaginar cómo es su vida. La empatía es el apoyo para fomentar comportamientos saludables en relación a las interacciones sociales. Esta habilidad es innata en los seres humanos que permite tener canales hacia distintos mundos al propio, facilitando la comprensión de las reacciones, emociones y opiniones de los demás.

**Comunicación asertiva:**

Es la capacidad de expresar de manera observable y no observable diferentes emociones, en las situaciones oportunas. La persona que se comunica asertivamente expresa con claridad lo que piensa, siente o necesita. La comunicación asertiva se fundamenta en la urgencia de expresar por medio de la palabra algo que nos incomode, y que de manera clara logre contribuir a un dialogo, donde las dos partes estén unidas por una misma idea y apoye a mejorar una situación problema.


**Relaciones interpersonales:**

Establecer y conservar relaciones interpersonales significativas, así como ser capaz de terminar aquellas que inhabiliten el desarrollo personal. Esta destreza incluye dos aspectos claves. El primero es aprender a iniciar, mantener o terminar una relación; el segundo aspecto clave es aprender a relacionarse en forma positiva con las personas con quienes se interactúa a diario ya sea en la familia, escuela o trabajo. Esta destreza ayuda a relacionarse en forma positiva con las personas con las que se interactúa, a tener la habilidad necesaria para iniciar y mantener buenas relaciones amistosas y familiares, y a ser capaces de terminarlas de manera constructiva (Melero, 2010, P.6-7).

En relación con lo mencionado anteriormente, es importante tener presente que hay una correlación importante en las habilidades a trabajar y las causas del acoso escolar. Las diferentes causas logran tener un gran impacto en las conductas de los implicados en el fenómeno del acoso, ocasionando efectos negativos como baja autoestima, intolerancia a la frustración, bajo control de impulsos y poca introyección de límites y normas.

A continuación, se hace un análisis de la implementación de las habilidades para la vida en la prevención del acoso escolar, focalizado de manera directa en los efectos del fenómeno. En primera instancia se habla del AUTOCONOCIMIENTO → AUTOESTIMA: el autoconocimiento y la autoestima son el resultado de un proceso reflexivo mediante el cual el alumno/a adquiere la noción de su persona, de sus cualidades y características. Una persona que se ha de querer a sí misma, también se ha de conocer mejor y se aceptará incluso con aquellos aspectos de su personalidad que en algunos momentos lo llamamos defectos. Al trabajar el autoconocimiento que

es una de las habilidades para la vida a implementar en el proyecto, se trabaja de manera pertinente la autoestima, ya que los implicados presentan baja autoestima, al sentirse lastimados por otros y no sentirse parte de un grupo. La relación de ambos conceptos está ligada en cuanto a la percepción que se tiene acerca de si mismos, al estar cumpliendo un rol constante de débil, y de inseguridad constante frente al otro. Es importante entender que este sentimiento no está ligado estrechamente solo a la víctima; el acosador también presenta problemas en su autopercepción al momento de enfrentarse a un grupo, ya que su comportamiento destructivo lo embarca en una modulación de conductas repetidas, que logran nublar su autoimagen y autoestima, inhabilitando la socialización.

En un segundo momento hablamos del MANEJO DE EMOCIONES Y SENTIMIENTOS, MANEJO DE TENSIONES Y ESTRÉS  INTOLERANCIA A LA FRUSTRACIÓN: La frustración es una respuesta emocional que emerge cuando algunos deseos y expectativas no pueden ser cumplidas. La ira y la frustración, son algunas de las emociones humanas más comunes, que si no aprendemos a contenerlas y a superarlas, desencadenan un gran sentimiento de decepción. No poder resolver los sentimientos de frustración puede llegar a provocar desmotivación y abandono de todas las metas y proyectos en cualquier plano de nuestra vida. La Frustración depende de estos aspectos principales:


- El sujeto presenta imágenes distorsionadas de las situaciones observándolas de manera negativa
- El individuo presenta tendencia a querer controlar cada aspecto de su vida, y la incapacidad de mantener este control se ve reflejado en un sentimiento de desánimo.

- El sujeto siente incapacidad de soportar el malestar que implica afrontar las situaciones difíciles de la vida.

Consecuente a lo mencionado, es importante comprender, que la intolerancia a la frustración está de la mano, al manejo de las emociones y el estrés. Las emociones están ligadas a un autoconocimiento, reconocer en qué momento presentamos estrés, contribuye al manejo de las emociones. En el ámbito escolar el niño, la niña y el adolescente presenta altos grados de estrés ya sea por los cambios evolutivos, como lo es pasar de estar en la casa con la madre a entrar en un ámbito escolar, o la pubertad. Estos factores estresantes, se ponen en evidencia al momento de vincularse con sus pares, en el fenómeno del acoso escolar se observa que los agresores y las víctimas presentan sentimientos de inferioridad e incapacidad de manejar la situación.


En las víctimas, este sentimiento está presente en el momento de no sentirse con el poder o la capacidad de autorregularse y se quebranta en llanto, miedo o inseguridad.

El agresor por otro lado es fundador de las conductas violentas y contribuyen en gran medida en la réplica de estas conductas. El modelo agresivo que actúa en un grupo influye en todos los espectadores, especialmente en aquellos que carecen o no tienen formado un espíritu crítico, son inseguros, dependientes, y han sido agredidos o acosados en algún momento.

En un tercer momento encontramos un grupo de habilidades para la vida llamado aprender a relacionarse y este lo comprenden las RELACIONES PERSONALES; COMUNICACIÓN EFECTIVA Y ASERTIVA; EMPATIA  POCA INTROYECCION DE LIMITES Y NORMAS: dentro de las relaciones interpersonales es

importante comprender que las relaciones están basadas en cómo nos relacionamos con los demás y que tanto permitimos que suceda en esas relaciones. Si desde el principio no tomamos distancia en las relaciones, de seguro no vamos a establecer relaciones satisfactorias. Para establecer relaciones basadas en límites sanos es importante tener en cuenta que debemos explicar lo que nos molesta, de forma calmada y respetando los sentimientos del otro, debemos decírselo de manera sana para lograr mejorar una situación. Es también importante aprender a negociar, así nuestros objetivos podrán ser cumplidos siempre y cuando establezcamos acuerdos con las personas con las que mantenemos diferencias. Por otro lado, para establecer un límite sano es importante no siempre poner las propias prioridades por encima de los demás.

Es importante tener en cuenta las prioridades de los otros y valorar cómo comportarnos en cada ocasión. Aquí vemos una habilidad para la vida importante a trabajar y es la empática. Cuando nos ponemos en el lugar del otro, volteamos la visión y comprendemos que el otro es un ser que también tiene ideas, y pensamientos diferentes a los míos. Cuando llegamos a un mutuo acuerdo entre pares y manejamos los límites en las relaciones, de una manera esto funciona como un espejo, logrando de manera eficaz interiorizar las normas que ayudan a regular las conductas negativas hacia los demás. El ser humano no puede realizarse por sí solo, siempre está en la búsqueda del otro, el contacto o encuentro con el otro a través de la comunicación contribuyen a la construcción de un ser social.

Por último, encontramos en esta categoría LA SOLUCION DE PROBLEMAS Y CONFLICTOS; PENSAMIENTO CRÍTICO; TOMA DE DECISIONES  BAJO CONTROL DE IMPULSOS: Comprender que el autocontrol es la capacidad consciente de controlar los impulsos de manera deliberada con el objetivo de alcanzar la homeóstasis personal. Dentro de esta habilidad cabe señalar que están involucrados aspectos como las emociones, los pensamientos y los comportamientos, asimismo como la toma de decisiones, así que los sujetos que tienen problemas para controlar los impulsos presentan conflictos en la autorregulación. Ésta falta de regulación provoca que las personas con déficit de control de impulsos presentan una predisposición a exteriorizar conductas instintivas sin prestar atención a las consecuencias que pueden tener dichas conductas. La implementación de las habilidades para la vida juega un papel crucial al momento de resolver un conflicto, al potencializar la habilidad de ser una persona crítica, se logra sumar una habilidad a la capacidad de racionalizar una situación y ser crítico al momento de tomar una decisión, esto aporta en gran medida al manejo de la impulsividad, obteniendo de manera eficaz la capacidad de controlar los impulsos.

## Ruta metodológica

De acuerdo a lo mencionado anteriormente, es importante comprender que, el acoso escolar, debe ser intervenido como un todo; con esto nos referimos a que se debe trabajar no solo con el alumno como si él fuera el único implicado en el acoso escolar, si no también trabajar con sus pares, ya que el sujeto está inmerso en un grupo y es allí donde el aprendizaje emerge y se instaura en el ser humano.

El enfoque pertinente para hacer una intervención asertiva en un grupo escolar, es el enfoque Gestalt. El cual, surge de la filosofía fenomenológica de Husserl, el cual propone una observación en la que no se tome el objeto de observación como la suma de sus partes, si no, como una totalidad (Husserl citado por Alvarado y Garrido, 2008, P. 72)

En particular el enfoque Gestalt entiende la totalidad de los fenómenos como un campo constituido por las diferentes particularidades que se interrelacionan entre sí (Alvarado y Garrido, 2008, P. 74). Kurt Lewin en su teoría del campo propone tres factores interdependientes que facilitan:

A: el entendimiento de la conducta como una función dentro del conjunto de hechos que componen el campo en un momento dado; B: comenzar su análisis considerando la situación como totalidad, de la que luego puede diferenciarse sus partes; y C: representar a través de constructos topológicos el espacio vital donde se desarrolla la conducta (Alvarado y Garrido, 2008, P. 163).

Entendiendo el espacio vital como lo que la persona percibe directamente física y psicológicamente, que además está compuesto por factores mutuamente dependientes (Alvarado y Garrido, 2008, p. 163).

“La conducta es función de la interacción entre la persona y el ambiente” (Alvarado y Garrido, 2008, P. 163) es por esto que es importante para la intervención entender y actuar sobre el espacio vital del grupo. Además, Lewin en su estudio experimental de grupos propuso que:

La experiencia en el entrenamiento del liderazgo, en el cambio de hábitos alimentarios, producción de trabajo, criminalidad, alcoholismo, prejuicios –todos parecen indicar que habitualmente es más fácil cambiar a los individuos constituidos en un grupo que a cualquiera de ellos por separado. (Lewin citado por Alvarado y Garrido, 2008, P.170)

Para esto Lewin afirma que se debe desarrollar lo que él denominó cambio planificado, el cual consiste tres fases, una de descongelamiento del primer nivel, una segunda de desplazamiento en la cual se modifiquen las conductas y/o se desplace a un nuevo nivel y una tercera en la cual se congele nuevamente teniendo en cuenta las nuevas formas de relación y sus estándares (Alvarado y Garrido, 2008, P. 170).

En base a la problemática del fenómeno principal el objetivo principal es utilizar la metodología más conveniente para hacer una intervención certera. Daré inicio hablando acerca la teoría de David Kolb donde habla de aprendizaje experiencial, ya que es el proceso más congruente para afianzar el desarrollo de las habilidades para la vida.

El desarrollo de las habilidades para la vida formará seres íntegros y preparados para la sociedad como seres proactivos y críticos a la hora de desenvolverse en una situación en particular. El proceso de este aprendizaje se interioriza gracias a la experiencia, donde se generan situaciones donde el sujeto y el grupo en general deban implementar las habilidades para la vida y de esa manera logren resolver problemas y

que estén más familiarizados con las situaciones reales, esto se logra gracias a la metodología donde David Kolb propone que el aprendizaje experiencial sucede en un ciclo compuesto por cuatro etapas:

**Experiencia concreta:** Aprender experimentando. Los sujetos aprenden al estar involucradas en una experiencia y recordando cómo se sintieron. Esta es la forma primaria en la que aprendemos y puede servir como la base de todas las otras etapas en el ciclo de aprendizaje.

**Observación reflexiva:** Aprender procesando. Esto sucede gracias a que se extrae una experiencia del pasado que sea concreta como base, el estudiante reflexiona sobre la experiencia para obtener más información o profundizar su comprensión de la experiencia.

**Conceptualización abstracta:** Basado en el reflejo de una experiencia, el estudiante consciente o inconscientemente reflexiona, clasifica o extiende su experiencia en un esfuerzo para generar nueva información. Esta etapa de "pensamiento" sirve para organizar el conocimiento, permitiendo a los estudiantes para ver el "panorama" e identificar patrones y normas. Esta etapa es crítica para los estudiantes, para ser capaces de transferir sus conocimientos de un contexto a otro.

**Experimentación activa:** Aprender haciendo. El estudiante aplica o prueba sus conocimientos recién adquiridos en el mundo real. La aplicación de aprendizaje en sí es una nueva experiencia desde la cual el ciclo comienza nuevamente, los cuales son necesarios para interiorizar el conocimiento que en este caso sería las habilidades para la vida.

La metodología a implementar está basada en el taller reflexivo de Guillermo Gutiérrez, ya que es una metodología de intervención grupal idónea, en la cual los participantes juntos construyen durante las sesiones el conocimiento. El objetivo fundamental de la metodología es la reflexión sobre las habilidades para la vida en relación con la prevención del acoso escolar en cada sesión.

Esto hace referencia a una reflexión metódica, es decir con la ayuda del aprendizaje experiencial, se estimulará la aplicación y/o implementación de las habilidades para la vida para la prevención del acoso escolar, a partir del taller reflexivo, el cual “constituye un dispositivo de palabras en el que se construyen grupalmente planteamientos, propuestas, respuestas, preguntas e inquietudes respecto a un tema subjetivo” (Gutiérrez, 2002, p. 29). Esta propuesta nos conduce a pensar en los miembros de un equipo donde están construyendo un producto juntos, donde se tienen en cuenta las diferentes características, gustos y cualidades. Por otra parte, es importante anotar que además de las construcciones colectivas, se pretende presentar un espacio en el cual cada participante según sus condiciones particulares, puedan aprovechar la reflexión que se desarrolla para llegar a conclusiones propias sobre su subjetividad.

### **Criterios de evaluación**

La evaluación del proyecto se realizará en dos momentos, el primero será de manera cuantitativa a través del instrumento, Escala Likert, la cual consta de varios enunciados que se califica de 0 a 5, siendo cero la menor calificación y 5 la máxima calificación (Anexo 1).

El segundo momento, siendo la evaluación final, será de carácter cualitativo, realizándose un sondeo con los estudiantes, profesores y directivos de la institución, sobre los cambios comportamentales observados en las personas que participaron de las actividades (Anexo 2).







**Ilustración 4 Presupuesto**

Materiales	Costos por unidades	Precio unitario	Cantidad
Sobres plásticos x 30	28000	28000	1
Cartucho de impresora	70000	35000	2
Memorias USB	50000	25000	2
Fichas Bibliográficas	6000	6000	1
Marcadores Borrables	15000	15000	1
Lapiceros	21000	7000	3
Paquete de resma	20000	10000	2
Alquiler de sillas x 200	400000	2000	200
Sub total material	610000		
Persona		Pago por horas	
Psicólogo	40000000	50000	800
Asesor Temático	1440000	90000	16
Subtotal persona	41440000		
Alimentación			
Chocorrano	1000		
Yogurt	1500		
Sub total alimentación	2500		
Sub total	42052500		
A.I.U. (10%)	4205250		
Total	46257750		

## Caja de herramientas

Dentro de la dinámica de los talleres reflexivos, se plantea trabajar un grupo de habilidades por mes, abarcando los cuatro grupos establecidos en cuatro meses, como se muestra en la tabla 1., buscando el desarrollo de las mismas y su aplicabilidad en situaciones problemáticas.

### Ilustración 5

Habilidad para la vida	Capacidad a desarrollar (objetivos)
1) autoconocimiento 	Autoestima
2) manejo de emociones y sentimientos, manejo de tensiones y estrés 	Intolerancia a la frustración
3) relaciones personales; comunicación efectiva y asertiva; empatía 	Poca introyección de límites y normas
4) la solución de problemas y conflictos; pensamiento crítico; toma de decisiones 	bajo control de impulsos

Dentro del primer grupo encontramos las siguientes actividades

### **Clasificación Rasgos**

Objetivo: ser conscientes de nuestros puntos fuertes y nuestros puntos débiles. Les pedimos a los estudiantes a rasgar un pedazo de papel en diez tiras. En cada tira escriben una palabra o frase que describe a sí mismos. Posteriormente el niño deberá organizar los rasgos con el fin de lo que más le gusta de sí mismo a lo que menos le gusta. Cuando haya terminado, le digo: “¿Te gusta lo que ves? ¿Desea guardarlo? Ahora renunciar a un solo rasgo. Renuncia hasta tres rasgos. Ahora, ¿qué tipo de persona eres tú?” La idea es la reflexión de que cada uno de nuestros rasgos nos hace únicos e inigualables. Este es un ejercicio que busca confrontarnos con nuestro propio yo para reconciliarnos con todo aquello que somos.

### **Acentuar lo Positivo**

Dividir la clase en grupos de cuatro a seis, los estudiantes se centran en uno de los miembros a la vez. La idea es que todos los alumnos del grupo dicen todas las cosas positivas que puedan sobre esa persona. Animaremos los cumplidos que se centran en el comportamiento en lugar de algo que no puede ser alterado o desarrollado como por ejemplo una característica física. No se permiten humillaciones. Cada comentario debe ser positivo. Un estudiante actúa como la grabadora. Y luego escribiremos todos los comentarios para dárselos a cada uno.

### **Soy único. Ejercicio de las huellas**

Pido a cada estudiante coloque su pulgar en una almohadilla de tinta y hacemos una huella del pulgar. De antemano que fotocopiar el cinco patrones de huellas

digitales generales que aparecen en la enciclopedia, que los estudiantes puedan identificar su tipo de impresión. Discuto el hecho de que cada huella es especial, ya que es totalmente único. Luego, cada estudiante crea un animal utilizando la huella digital como el cuerpo.

En el segundo grupo encontramos las siguientes actividades

### **Di patata**

Objetivos: aprender a expresar mediante gestos las emociones de alegría, tristeza y enfado.

Desarrollo: salen los niños de uno en uno. Indicamos al niño que sale a la pizarra qué sentimiento tiene que representar para la foto. Mientras que el niño posa y le hacemos la foto, el resto de la clase ha de adivinar de qué sentimiento se trata. Una vez identificado, preguntamos a los participantes en qué situaciones se encuentran así. Al final, hacemos tres fotos a toda la clase, una en la que estén todos tristes, otra en la que estén todos alegres y otra en la que estén todos enfadados. Luego las revelamos y las colgamos en la clase. (También se puede ampliar añadiendo otras emociones como el asco y el miedo, la vergüenza, etc.)

### **Frustraciones y Tensiones**

Objetivo:

Ayudar a los participantes a descubrir su respuesta en las situaciones tensas y que provocan frustraciones.

Analizar los efectos que ocasionan en un grupo los valores, los estereotipos y los prejuicios individuales.

Ayudar a los participantes a conocerse mejor y aceptar las opiniones o sentimientos de los demás.

**MATERIAL:** Fácil Adquisición

Hoja de trabajo de frustraciones y tensiones número 1. Para cada participante

Hoja de trabajo de frustraciones y tensiones número 2. Para cada participante

Hoja de trabajo de frustraciones y tensiones número 3. Para cada participante

Lápiz o bolígrafo para cada participante

**Desarrollo:**

I El Facilitador explica los objetivos de la experiencia y divide a los participantes en subgrupos de 6 a 12 personas.

II. Se le entrega a cada participante la hoja de trabajo número 1, y se les da la instrucción de que en forma individual completen el espacio en blanco del diálogo de las dos caricaturas y escribirán una nota breve de lo que supusieron sobre cada situación.

III. Cada subgrupo discute las respuestas realizadas por sus miembros a cada situación, analizando los efectos probables para cada respuesta.

IV. Se distribuye la hoja de trabajo número 2. Cada participante de nuevo trabaja independientemente en las dos situaciones descritas en las caricaturas.

V. Cada subgrupo discute sus respuestas a la segunda hoja de situaciones y tratan de derivar generalizaciones sobre una efectiva respuesta tensa a situaciones tensas y de frustración entre personas.

VI. El Facilitador abre la discusión entre los participantes de todo el grupo, extrayendo las generalizaciones de cada subgrupo.

VII. El Facilitador guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida.

### **Método de Relajación de Jacobson**

Objetivo: Este método se basa en la relajación a partir de la contracción de los músculos con el fin de relajarlos después. Para ello, los ejercicios consisten en contraer y distender los músculos, lo que lleva a un alivio del sistema nervioso y de los músculos del organismo.

Esta técnica consiste en contraer músculos o grupos musculares durante algunos segundos para después relajarlos de manera progresiva. Esta técnica se basa en atender a la tensión en los músculos para darse cuenta después de la diferencia con la distensión.

Desarrollo: Para ello, los niños se tumban en el suelo y les iremos indicando que tensen y relajen distintas partes del cuerpo. Se puede comenzar con partes individuales, con grupos amplios: manos, brazos, hombros, cuello, mandíbula,

nariz. Poco a poco, se pueden ir agrupando los diferentes grupos musculares. Les indicaremos que aprieten para notar la tensión y tras unos segundos, que suelten para notar la distensión.

En el tercer grupo encontramos las siguientes actividades

### **Collage**

**Objetivos:** ser capaz de comprender a los demás. Reconocer la pertenencia a un grupo. Aprender a decir que “no” defendiendo los derechos propios y respetando los ajenos. Tomar decisiones en grupo. Conseguir objetivos comunes.

**Desarrollo:** se divide el grupo en tres subgrupos del mismo número de personas y un cuarto grupo de tres observadores (1 por grupo). Mientras los observadores observan, los grupos tienen un tiempo para realizar un collage, que represente, por ejemplo, las cuatro estaciones del año. Solo se podrá utilizar el material que el profesor coloque en el centro de la mesa. Todas las partes del collage han de estar pegadas a la cartulina y rotulado, al menos, el título. Al término del tiempo los trabajos se entregan al profesor. Se trata de ver qué grupo lo ha hecho mejor. Para ello, se pondrán los collages en el suelo y, teniendo en cuenta los comentarios de los observadores exteriores, se producirá a una votación realizada por los propios niños, de la cual saldrá un collage ganador. Posteriormente se hará un pequeño debate para contar cómo se han sentido a la hora de realizar el collage y durante las votaciones.

### **El Jardinero**

**Objetivos:** ser capaz de comprender a los demás. Reconocer sentimientos y emociones ajenos. Respetar los turnos. Reconocer la pertenencia a un grupo.

Desarrollo: los niños y niñas se sitúan frente a frente a dos metros de distancia aproximadamente, representando los árboles de una avenida. La primera persona que hace de jardinero tiene que situarse en un extremo de la avenida, con los ojos vendados, y tiene que ir en busca de la regadera (u otro objeto), que está al otro lado de la avenida. Este trayecto debe hacerse sin tocar los árboles. Sucesivamente van pasando más jardineros, hasta pasar todo el grupo. Después haremos un diálogo en el que les preguntaremos, ¿cómo se han sentido?, ¿cómo sintieron a las demás personas?

### **El amigo desconocido**

Objetivos: ser capaz de comprender a los demás. Reconocer sentimientos y emociones ajenos. Comprender los motivos y conductas de los demás. Entender que todos y cada uno de nosotros somos diferentes.

Desarrollo: el profesor asigna a cada niño y niña un amigo secreto. Durante un tiempo determinado, cada niño va a estar atento a las cualidades y valores de este amigo secreto. Una vez terminado el tiempo, cada uno escribirá una carta a su amigo explicándole lo que le parecía de él. Luego cada uno se lleva su carta y la lee. Al día siguiente de la lectura, será interesante compartir los sentimientos vividos. Los niños y niñas que no saben escribir, lo escribirán a su manera y el profesor se lo transcribirá, de igual forma se harán con los que no saben leer.

En el cuarto grupo encontramos las siguientes actividades

### **Marionetas Conflictivas.**

Objetivo:

- identificación del problema
- Búsqueda de soluciones
- Elegir soluciones más adecuadas
- Probar la solución.

Una manera de usar las marionetas consiste en representar un conflicto de “verdad”. Por ejemplo, el profesor empieza una discusión entre dos marionetas-guantes que lleva:

“Tú cogiste mi libro”

“¿Qué dices? El libro es mío”.

La parodia se sigue desarrollando hasta el punto en que hay que tomar una decisión. La marioneta pregunta a los espectadores: “¿Qué debo hacer?”, y estos tienen que pensar las posibles soluciones

Se representarán las soluciones pensadas por los niños y el profesor preguntará: “¿Creéis que esto funciona?”. De esta manera se evaluarán cada una de las alternativas.

## **Pirañas en el río**

Objetivos:

- a) Salir airosos tras resolver una solución conflictiva.
- b) Promover la cooperación y la ayuda entre los distintos miembros del grupo.

Desarrollo: Él dinamizador explica que tienen que atravesar el río (camino marcado) sin salirse de él. Además, tienen que transportar de un lado a otro una serie de objetos. Uno en el camino de ida y otro, distinto, en el de vuelta. Cada persona tendrá asignado su objeto y no puede ser llevado por ninguno de los compañeros.

-La persona que se salga del camino, deberá comenzar la actividad desde el principio.

-La actividad no acaba hasta que todas las personas hayan realizado su camino de ida y vuelta.

## Referencias

Alaaceitera. (28 de octubre de 2018). *15 Juegos de clase para desarrollar habilidades sociales en niños*. Recuperado de <http://alaaceitera.blogspot.com/2018/10/15-juegos-de-clase-para-desarrollar.html>

Craig, G., & Baucum, D. (2009). *DESARROLLO PSICOLÓGICO*. México: PEARSON EDUCACIÓN.

Chagas Dorre, R. (septiembre de 2012). La teoría de la agresividad en Donald W.

Winnicott. *Perfiles Educativo*, 34(138), 29-27. Recuperado de:

[http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0185-26982012000400018&script=sci\\_arttext&lng=en](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0185-26982012000400018&script=sci_arttext&lng=en)

Contreras Álvarez, Á. P. (2013). El fenómeno de bullying en Colombia. *Revista Logos Ciencia & Tecnología*, 4(2), 100-114. Recuperado de:

<http://revistalogos.policia.edu.co/index.php/rlct/article/view/195/390>

DANE. (2019) Recuperado de: <http://www.dane.gov.co/index.php/116-espanol/informacion-georreferenciada/2421-estratificacion-socioeconomica-preguntas-frecuentes>

El Congreso de Colombia. (2013). *"por la cual se crea el sistema nacional de convivencia escolar y formación para el ejercicio de los derechos humanos, la educación para la sexualidad y la prevención y mitigación de la violencia escolar"* (LEY No 1620). Recuperado de: [https://www.mineducacion.gov.co/cvn/1665/articles-319679\\_archivo\\_pdf.pdf](https://www.mineducacion.gov.co/cvn/1665/articles-319679_archivo_pdf.pdf)

Gutiérrez. (2002). Taller Reflexivo. Medellín, Colombia: Universidad Pontificia Bolivariana.

Juan, C. Melero (2010). Habilidades para la vida: un modelo para educar. Recuperado de <https://prezi.com/sn0z0uefxep6/presentacion-de-trabajos-de-grado-segun-normas-apa-biblioteca-de-la-corporacion-universitaria-lasallista/>

José, A & Alicia. G. (2008). La evolución de la psicología social como disciplina científica independiente. En España & Cejudo. *Psicología Social perspectivas psicológica y sociológicas*. (pp. 162-169). Madrid: Mc Graw Hill

La Organización Mundial de la Salud. (2003). *Influencia de la pobreza en la salud*. Recuperado de: [https://apps.who.int/gb/archive/pdf\\_files/WHA55/sa555.pdf](https://apps.who.int/gb/archive/pdf_files/WHA55/sa555.pdf)

Martínez, V. (2014). Habilidades para la vida: una propuesta de formación humana. Itinerario Educativo. (63) ,61-89. doi: <https://doi.org/10.21500/01212753.1488>

Martínez Rojas, J. G. (2014). *El manual de convivencia y la prevención del bullying*. Bogotá: COOPERATIVA EDITORIAL MAGISTERIO.

Rodríguez, R. (2018) Los modelos de aprendizaje de Kolb, Honey y Mumford: implicaciones para la educación en ciencias. *Sophia* 14(1); 51-64. doi: <http://dx.doi.org/10.18634/sophiaj.14v.1i.698>

Sánchez, A., (2009). Acoso escolar y convivencia en las aulas. Manual de prevención e intervención. Andalucía: Formación Alcalá.

## Apéndices

### Apéndice A. Escala Likert

Evaluación

Nombre de la actividad: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

### Ilustración 6

	Pregunta	0	1	2	3	4	5
1	La actividad es acorde a los objetivos propuestos						
2	La actividad le permitió reflexionar sobre los temas propuestos						
3	Los recursos fueron los indicados para la realización de la actividad						
4	La actividad permite el diálogo y llegar a acuerdos						
5	Su nivel de satisfacción con la actividad						

## Apéndice B. Entrevista

Sondeo: Entrevista abierta

Cargo:

\_\_\_\_\_

Fecha:

\_\_\_\_\_

Responda la siguiente pregunta:

Después de la realización del proyecto “Habilidades para la vida en la prevención del acoso escolar”, ¿considera que ha habido cambios comportamentales positivos en los estudiantes que participaron del mismo? ¿Por qué?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_