



Universidad Internacional de La Rioja
Facultad de Educación

Máster Universitario en Prevención y Mediación de
Conflictos en Entornos Educativos

Propuesta de Implementación de un programa de prevención del ciberbullying en 5º de primaria

Trabajo fin de estudio presentado por:	Rafael Pascual Onate Alarcón
Modelo:	Propuesta de implementación de un programa de prevención
Director/a:	Dyanne Ruiz Castañeda
Fecha:	23/06/2022

Resumen

El objetivo principal de este Trabajo de Fin de Máster es diseñar una propuesta para la implementación de un programa de prevención sobre el ciberbullying.

En primer lugar, se ha realizado una búsqueda bibliográfica sobre el acoso escolar, ciberbullying, guías y programas de prevención más relevantes en la actualidad. Además, se ha llevado a cabo un análisis de necesidades para abordar la problemática profundizando en las carencias presentes en el sistema educativo.

En segundo lugar, se ha diseñado el programa en un curso de 5º de Educación Primaria a través de una serie de sesiones con el fin de fomentar la cooperación y sensibilización del alumnado. Por otra parte, se forma al entorno educativo y familiar dotándoles de las herramientas necesarias.

Por último, su impacto será evaluado tanto en las distintas sesiones, con el objetivo de detectar la necesidad de cambios para su mejora, como al final de su puesta en marcha. Por consiguiente, el programa pretende prevenir el ciberbullying mediante el aprendizaje del uso responsable de las tecnologías a través de la formación, sensibilización y adquisición de unos valores tanto por parte de los alumnos, los familiares y el entorno educativo.

Palabras clave: Ciberbullying, bullying, prevención, programa, TIC

Abstract

The main objective of this Master's Thesis is to design a proposal for the implementation of a prevention program on cyberbullying.

In the first place, a bibliographic search has been carried out on bullying, cyberbullying, guides and prevention programs that are most relevant today. In addition, a needs analysis has been carried out to address the problem by delving into the shortcomings present in the educational system.

Secondly, the programme has been designed for a 5th year of primary education through a series of sessions in order to promote cooperation and awareness among pupils. On the other hand, the educational and family environment is trained by providing them with the necessary tools.

Finally, its impact will be evaluated both in the different sessions, with the aim of detecting the need for changes for improvement, and at the end of its implementation. Therefore, the programme aims to prevent cyberbullying by learning the responsible use of technologies through training, awareness and acquisition of values by pupils, family members and the educational environment.

Keywords: cyberbullying, bullying, prevention, program, ICTs

Índice

1.	INTRODUCCIÓN	1
1.1.	Justificación	1
1.2.	Planteamiento de la necesidad que motiva el proyecto.....	2
1.3.	Objetivos.....	4
1.3.1.	Objetivo general	4
1.3.2.	Objetivos específicos	4
2.	MARCO TEÓRICO	5
2.1.	¿Qué es el Ciberbullying?	5
2.2.	Diferencias entre ciberbullying y bullying	6
2.2.1.	Características del ciberbullying.....	7
2.2.2.	Tipos de bullying.....	7
2.2.3.	Tipos de ciberbullying.....	8
2.3.	Roles principales.....	9
2.4.	Consecuencias del ciberbullying.....	10
2.5.	Prevención del ciberbullying	11
2.5.1.	Programas de prevención.....	13
2.6.	Marco normativo.....	16
3.	IMPLEMENTACIÓN DE LA PROPUESTA DE PREVENCIÓN.....	17
3.1.	Objetivo general y específicos de la propuesta.....	17
3.1.1.	Objetivo General.....	17
3.1.2.	Objetivos Específicos	17
3.2.	Hipótesis que se espera confirmar a través de la implementación de la propuesta.....	18

3.3.	Análisis de necesidades	18
3.4.	Características del centro	20
3.4.1.	Rasgos socioeducativos e institucionales del centro	20
3.4.2.	Población educativa del centro	20
3.4.3.	Entorno del centro.....	20
3.5.	Viabilidad técnica para llevar a cabo la propuesta.....	21
3.6.	Descripción de los destinatarios.....	21
3.7.	Metodología	21
3.8.	Recursos.....	22
3.9.	Procedimiento para su implementación	23
3.9.1.	Etapas	23
3.9.2.	Desarrollo de las sesiones	24
3.9.3.	Temporalización	33
3.10.	Evaluación y discusión de resultados	34
3.10.1.	Reflexión crítica sobre posibles resultados	35
4.	CONCLUSIONES.....	36
5.	LIMITACIONES Y PROSPECTIVA.....	37
5.1.	Limitaciones.....	37
5.2.	Prospectiva	37
6.	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	38
7.	ANEXOS.....	42

Índice de figuras

Figura 1.	El porcentaje de niños que afirman haber sufrido ciberbullying	3
Figura 2.	Respuestas de los alumnos sobre acciones para luchar contra el ciberbullying. .	12
Figura 3.	Prevalencia de víctimas y agresores entre 2009 y 2016 en las escuelas KiVa finlandesas a nivel nacional.....	15
Figura 4.	Respuestas de los profesores a que intervenciones creen que son más efectivas en los centros escolares.	18
Figura 5.	Respuestas de los profesores sobre que tipo de características personales tiene un agresor.....	19

Índice de tablas

Tabla 1.	Menores usuarios de TIC en los tres últimos meses. Porcentajes de población de 10 a 15 años.....	1
Tabla 2.	Diferencias entre Bullying y ciberbullying.	6
Tabla 3.	Tipos de Bullying.....	8
Tabla 4.	Roles en el ciberbullying.....	10
Tabla 5.	Principios básicos de KiVa.....	13
Tabla 6.	Funciones del Programa PDA de Cataluña	14
Tabla 7.	Recursos del programa de prevención del ciberbullying en 5º de primaria.....	23
Tabla 8.	Sesión 1 “El papel del educador”	24
Tabla 9.	Sesión 2 “La importancia de la familia”	25
Tabla 10.	Sesión 3 “Es lo mismo ciberbullying que bullying”	26
Tabla 11.	Sesión 4 “¿Qué es el Ciberbullying?”	27
Tabla 12.	Sesión 5 “¡Valórate! a ti y a los que te rodean”	28
Tabla 13.	Sesión 6 “¿Seguro que usas bien los aparatos digitales?”	29
Tabla 14.	Sesión 7 “Y tú, ¿qué harías?”	30
Tabla 15.	Sesión 8 “¡Cuéntame tu experiencia!”	31
Tabla 16.	Sesión 9 “Role play”	32
Tabla 17.	Cronograma del programa de prevención del ciberbullying.....	33

1. INTRODUCCIÓN

A través de la búsqueda de los tipos conflictos que se dan hoy en día en los centros escolares, se puede observar como la temática del ciberbullying aumenta de manera preocupante. Al indagar sobre este tema, sorprende el escaso número de propuestas de prevención en educación primaria que se encuentran, siendo estas edades un punto clave para comenzar a prevenir estos problemas.

1.1. Justificación

En estos últimos años el uso de teléfonos, internet y redes sociales se ha incrementado alcanzando unos niveles muy elevados. En particular, la utilización de las nuevas tecnologías por parte de los menores se encuentra muy extendida. Según el informe del Instituto Nacional de Estadística (INE, 2021), el uso de ordenador es cada vez mayor (95,1% de los menores, en comparación al 91,5% que se daba en 2020) y aún más elevado es el uso del Internet (97,5%, frente al 94,5% de 2020). Por otro lado, hoy en día el 68,7% de la población entre 10 y 15 años, tiene teléfono móvil a diferencia del 69,5% de 2020, bajando ligeramente. Por edad, el uso de TIC crece a medida que aumentan los años de los menores, sobre todo a partir de los 11, como se indica en la tabla 1.

Tabla 1. Menores usuarios de TIC en los tres últimos meses. Porcentajes de población de 10 a 15 años.

	Usuarios de ordenador en los últimos tres meses	Usuarios de internet en los últimos tres meses	Disposición de móvil en los últimos tres meses
TOTAL	95,1	97,5	68,7
Por sexo			
Hombres	94,5	97,4	65,5
Mujeres	95,8	97,6	72,2
Por edad			
10 años	89,7	93,1	21,6
11 años	94,5	97,2	44,7
12 años	95,0	97,1	67,5
13 años	96,4	98,6	85,7
14 años	96,8	99,0	93,5
15 años	97,9	99,5	96,3

Fuente: Instituto Nacional de Estadística, 2021.

Como se observa en la Tabla 1, existe un porcentaje elevado del uso de TIC en menores, cabe destacar el aumento que hay de la disposición de teléfono móvil a partir de los 10 años, aumentando de manera progresiva. El intervalo de edades que se muestra en la tabla coincide con el paso de la educación primaria a la secundaria.

Al igual que dichas tecnologías ofrecen muchas ventajas, su utilización de manera inadecuada puede conllevar a numerosas consecuencias negativas, entre ellos el ciberbullying, en el cual se centra este proyecto debido a su gran prevalencia en la sociedad. (Santre, 2022).

El actual problema de pandemia que vivimos ha causado muchos cambios en varios campos, en especial en la educación, teniendo que recurrir a la realización de clases online no pudiendo realizarlas de manera presencial y aumentando la exposición a redes sociales e internet como forma de comunicarse entre la población. Un estudio realizado por Shin y Choi (2021), explica que este fenómeno tiene una alta asociación entre el aumento y accesibilidad de los alumnos en plataformas digitales con la proliferación del ciberbullying.

A nivel socioeducativo y científico, con este trabajo se pretende implementar un programa de prevención sobre el ciberbullying en un centro educativo de primaria. Si se obtuvieran los resultados esperados, significaría una ayuda extra junto a otros proyectos ya implantados, beneficiando a familias y alumnos.

1.2. Planteamiento de la necesidad que motiva el proyecto

El ciberbullying se trata de un problema generalizado y preocupante entre niños y adolescentes. En consecuencia, se requiere un monitoreo continuo de los posibles efectos nocivos de los medios electrónicos en la salud y el bienestar de los jóvenes. Sabiendo esto es importante empezar a implementar la prevención y detección del ciberbullying y también incluir y educar a la comunidad social. Todo esto presenta nuevos desafíos para las familias, alumnos y profesionales de los centros educativos. (Krešić Ćorić y Kaštelan, 2020).

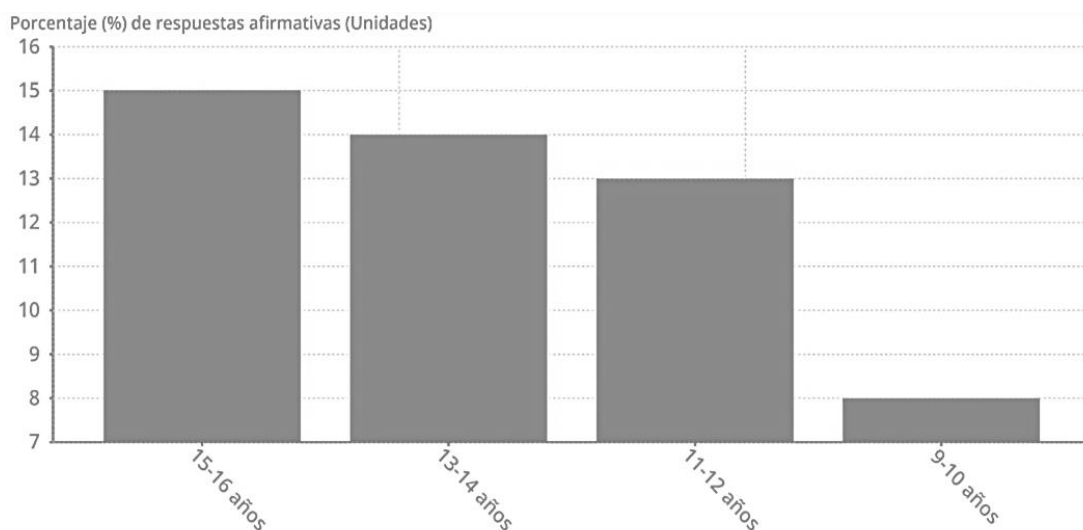
El ciberbullying ha sido profundizado en mayor medida en educación secundaria, a diferencia de educación primaria, donde se encuentran pocos estudios y se desconoce el tipo de conductas donde se muestra su incidencia, y el número de alumnos que soportan y cometen estas acciones. Se debería plantear ¿Suceden casos de ciberbullying en las clases de los centros de primaria?

Para responder a esta pregunta, se puede observar a continuación un estudio exploratorio de Pérez y Vicario-Molina (2016). Este se basaba en alumnos de 5º y 6º de primaria en Castilla y León, donde los objetivos fueron evaluar si durante el curso habían sufrido personalmente ciberbullying, y si en el caso de ser víctimas, habían encontrado ayuda o apoyo en sus amigos, profesores o padres.

Un 59.6% del total de los participantes afirmó haber tenido al menos un problema de ciberbullying durante ese curso. Un 58.8% por parte de los alumnos de quinto y un 60.4% por los de sexto.

Por tanto, el ciberbullying es un fenómeno que no es exclusivo de secundaria, sino que suele aparecer también en primaria. Esta propuesta está enfocada como un proyecto de prevención para una clase de 5º curso de Primaria. Este ha sido elegido debido a que los alumnos encajan con las edades en las que comienzan a tener la disponibilidad de teléfonos móviles como se puede observar en la tabla 1. A su vez, como plasma un estudio realizado por UNICEF (2017), en las edades de dicho curso (10 a 11 años) hay un incremento significativo del ciberbullying como se muestra en la figura 1.

Figura 1. El porcentaje de niños que afirman haber sufrido ciberbullying



Fuente: Recuperado de UNICEF en epdata, 2017 (www.epdata.es/datos/cibercriminalidad-ciberbullying-datos-estadisticas/291).

Los profesores deberían conocer por completo el fenómeno del ciberbullying, las maneras que tienden a darse y sus graves consecuencias. Todo este conocimiento, permitiría detectar estas

situaciones de ciberbullying a los profesores de forma más rápida, y así, estos poder actuar de manera más efectiva en sus alumnos sobre el uso responsable de las TIC.

1.3. Objetivos

1.3.1. Objetivo general

Diseñar una propuesta de intervención para la prevención del ciberbullying, en una clase de 5 curso de primaria.

1.3.2. Objetivos específicos

- Realizar una revisión bibliográfica sobre el concepto de ciberbullying y su prevalencia en la sociedad.
- Planificar una formación para profesores y familiares sobre el ciberbullying.
- Diseñar una serie de sesiones participativas con el alumnado de 5º curso de primaria.
- Elaborar un proceso de evaluación que proporcione un registro continuo del proyecto.

2. MARCO TEÓRICO

Para el desarrollo de la información del marco teórico sobre el ciberbullying, en base a una serie de preguntas que surgen, se realiza una búsqueda en diferentes bases de datos dada su fiabilidad: PubMed, Google Académico y Dialnet. Además, para su elaboración se han utilizado diversos tipos de documentos como tesis doctorales, revistas, páginas web, libros, artículos científicos y estadísticos, etc.

Por último, se han obtenido protocolos y guías sobre el ciberbullying en asociaciones como: Save the Children, UNESCO, PantallasAmigas entre otras. Las cuales, son especialmente las que se encargan de investigar y sensibilizar a la población sobre este tema tan preocupante.

2.1. ¿Qué es el Ciberbullying?

Son muchas las definiciones que se pueden dar sobre el concepto de ciberbullying, ya que no existe un consenso general sobre su definición. Es usado ampliamente, tanto en el uso coloquial como de manera formal. Hinduja y Patchin (2009) lo definieron como el daño intencionado y repetido provocado mediante el uso de computadoras, móviles u otros dispositivos electrónicos. Más adelante, Kowalski et al. (2010) definen este término como la acción de amedrentar a otros, a través del empleo de las tecnologías electrónicas de comunicación.

En la actualidad, el ciberbullying se trata de un tipo determinado de ciberacoso utilizado en un contexto en el que exclusivamente están involucrados menores. Y la Secretaría de Estado de Digitalización e Inteligencia Artificial (red.es, 2018), en su guía “Capacitación en materia de seguridad TIC para padres, madres, tutores y educadores de menores de edad” expone ciberbullying como el daño deliberado e insistente provocado por parte de uno o varios menores hacia otro, a través el empleo de recursos digitales’.

Inicialmente este tipo de acoso se limitaba al correo electrónico y ha comenzado lentamente a incorporar una gama más amplia de formas de comunicación electrónica desde mensajes de texto, hasta sitios web de transmisión, como puede ser YouTube, y en la actualidad se incluyen redes sociales como Snapchat, Instagram y TikTok. (Kumar y Goldstein, 2020).

Las diferentes configuraciones del ciberbullying pueden darse con violencia psicológica y sistemática contra niños, niñas y adolescentes perpetrados en los ámbitos de las redes cuyo contenido tiene como finalidad causar daño a otra persona en una forma repetitiva y hostil (Ferreira y Deslandes, 2018).

2.2. Diferencias entre ciberbullying y bullying

Según Luengo (2014), el ciberbullying comparte varios aspectos con el comúnmente nombrado Bullying habitual, el cual se lleva a cabo en los espacios físicos. No obstante, las características del espacio virtual en el que se desarrolla el ciberbullying hacen que se pueda determinar algunas características singulares y diferenciales entre ambos, como se muestra en la tabla 2:

Tabla 2. *Diferencias entre Bullying y ciberbullying.*

BULLYING	CIBERBULLYING
Cara a cara	Anónimo
Es un grupo o individual	Individualmente
Golpes, empujones, agresión verbal o exclusión social	Mensajes, e-mail, imágenes manipuladas
Sólo en horas de escuela	En todos lados y a la hora
Se limita a la agresión directa	Sin límite de alcance
Sólo audiencia escolar	Audiencia mundial por Internet
Certeza de que sólo se encuentra en el ámbito escolar	Incertidumbre de no saber quién ha visto las imágenes o mensajes
Víctima - Agresor	Cibervíctima - Ciberagresor

Fuente: Adaptado de Menay-López y de la Fuente, 2014.

2.2.1. Características del ciberbullying

Las características de este fenómeno se pueden resumir según el Instituto Nacional de Tecnologías de la Comunicación (INTECO, 2014) en las siguientes:

- Se basa en una situación prolongada en el tiempo ya que no abarca acciones precisas.
- Aunque puede contar con elementos de índole sexual, este tipo de acoso su finalidad no tiene carácter sexual.
- Tanto víctimas como agresores son de edades próximas, tratándose de menores de edad.
- El contexto empleado para realizar dicho acoso es tecnológico utilizando mensajería instantánea, redes sociales, chats, etc.
- Suele estar unido a un escenario de acoso en la vida real, siendo el virtual solo un añadido, aunque puede darse únicamente de manera virtual.
- La agresión puede producirse en cualquier instante, ya que se utilizan medios electrónicos. Al mismo tiempo, el manejo de aparatos electrónicos maximiza la audiencia de posibles individuos que sean espectadores del hostigamiento.
- El agresor se ampara en una percepción de anonimato.

Además, como indica Luengo (2014) en su “Guía de recursos didácticos para Centros Educativos” se observa una clara evidencia de cierto grado de poder o reputación social del agresor en relación a su víctima, sin embargo, esta característica no se da al 100% en todos los casos.

2.2.2. Tipos de bullying

Según Camacho y Conejo (2020), clasifica los diferentes tipos de bullying, como se muestra en la tabla 3, para así poder diferenciarlo del ciberbullying.

Tabla 3. *Tipos de Bullying.*

Físico	Verbal	Psicológico	Material
Se trata de empujones, patadas, agresiones con objetos, etc.	Representada con insultos y motes, menosprecios en público, resaltar defectos físicos, etc.	Minan la autoestima del individuo y fomentan su sensación de temor.	Acciones destinadas a dañar, destruir o tomar sin consentimiento las pertenencias de los compañeros.
Se da con más frecuencia en primaria que en secundaria.	Es el más habitual.	Social: pretende aislar al joven del resto de compañeros.	

Fuente: Elaboración propia a partir de la Revista de la Facultad de Ingenierías y Tecnologías de la Información y Comunicación 2020d.

2.2.3. Tipos de ciberbullying

Los tipos de ciberbullying fueron clasificados por Kowalski et al. (2010), identificando ocho tipos de acoso a través de internet, que se enumeran a continuación:

1. Insultos electrónicos, peleas online o flaming: se tratan de mensajes inadecuados, groseros o vulgares que están dirigidos a una persona o personas de forma privada o a un grupo en línea.
2. Hostigamiento: según Morales y Serrano (2014), definen este concepto refiriéndose a los actos que realiza un compañero en contra de otro de manera repetitiva durante un largo periodo de tiempo, los mensajes suelen ser de contenido amenazante cuya finalidad es generar pánico en la víctima.
3. Denigración: esta conducta tiene la intención de dañar la integridad de la persona, tanto moral como psicológica, difundiendo imágenes o videos en situaciones vergonzosas.
4. Ciberamenazas: mensajes ofensivos los cuales incluyen amenazas de daños o que sean muy intimidantes.

5. Suplantación de identidad: en este caso el agresor se hace pasar por la víctima, por lo que obtiene las claves de sus cuentas y las utiliza para subir o enviar en línea mensajes ofensivos a otras personas como si la propia víctima las hubiese mandado.
6. Revelación/Sonsacamiento: se revela información personal de las víctimas y se difunde a otras personas. La información la ha averiguado el agresor de una manera persuasiva.
7. Exclusión: se presenta en el momento que un estudiante es apartado del grupo en el que se encontraba sin que exista una aparente razón lógica.
8. Happy slapping (bofetada feliz): dicho concepto surgió en Reino Unido en 2005 y consiste en la grabación de una agresión física, verbal o sexual y su difusión online a través de las tecnologías digitales. Lo más común de esta violencia, es que se puede difundir por alguna red social, y en ocasiones, hacerse viral. (Save the Children, 2019).

2.3. Roles principales

En general, los roles principales del ciberbullying son iguales que los que colaboran en el caso del acoso escolar tradicional o bullying. A continuación, en la tabla 4 se detallan los tres tipos de roles que aparecen publicados en red.es (2018) en su guía “Capacitación en materia de seguridad TIC para padres, madres, tutores y educadores de menores de edad”.

Tabla 4. *Roles en el ciberbullying.*

AGRESORES/AS	VÍCTIMAS	ESPECTADORES
Desde el punto de vista psicológico no presenta un perfil único. Suele ser un sujeto sin escala de valores conforme a un código moralmente aceptable.	A pesar de no presentar perfil único, gran parte presenta dificultades de interacción social, baja autoestima y con escasa red social.	Existe una amplia variedad de perfiles entre quienes ven y conocen las diferentes agresiones dentro de un grupo. Se diferencian entre: indiferentes, no implicados, los que ríen la gracia a los agresores y quienes salen en la defensa de la víctima.
En su vida se instalan de manera habitual constantes como el abuso, el egoísmo, la exclusión, el dominio, el maltrato físico y la insolidaridad.	Por otra parte, ciertas víctimas también actúan de manera agresiva aprovechando el anonimato de la interacción virtual y así, canalizan sus respuestas de manera inapropiada.	La reacción de un grupo puede detener las acciones del agresor al ver que la mayoría ayuda y su pone de parte de la víctima.

Fuente: Elaboración propia a partir de red.es, 2018.

2.4. Consecuencias del ciberbullying

El ciberbullying comprende una serie de resultados que tienen una huella en los menores a nivel psicológico, educativo y social. La manifestación de alguna de ellas podría ser cuestión de preocupación como publica red.es (2018) en su guía “Capacitación en materia de seguridad TIC para padres, madres, tutores y educadores de menores de edad” mencionada anteriormente:

- **Cambios físicos y emocionales:** se presenta con la presencia de dolencias como pueden ser dolores estomacales o de cabeza, cambios de estado de ánimo, con momentos de apatía e indiferencia, síntomas como la ansiedad o el estrés también son usuales, llevando a la víctima a enfermedades como la depresión (Hu et al., 2021).

- Cambios de conducta/sociales: en sus acciones durante el tiempo de ocio, en su trato con los adultos, en su asiduidad y relación de ellos, en su alimentación (cantidades y formas de comer), en los hábitos de descanso, de repente deja de utilizar el móvil y el ordenador, alteraciones imprevistas en los grupos de amigos, en casos antagónicos, autolesiones, amenazas o tentativas de suicidio. Estas conductas suicidas tienen una gran relación con el ciberbullying, como podemos observar en un estudio de John et al. (2018).
- Cambios en el contexto académico: se ve relacionado en sucesos que se producen dentro del centro escolar, disminuye su capacidad de concentración y de conservación de la atención, disparidades en los tiempos de estudio y en su rendimiento académico, reducción del interés en la escuela, detrimento de pertenencias físicas, lesiones físicas recurrentes sin una justificación lógica.

Además, recientes estudios encontraron que los patrones de liberación de cortisol y el estrés percibido en niños desde los 11 años a los 18 años están relacionados con los roles de ciberacoso. En el caso de las cibervíctimas, tienen niveles más elevados de cortisol y por tanto de estrés en comparación con los ciberacosadores y espectadores. (Lamblin et al., 2017).

2.5. Prevención del ciberbullying

La prevención del ciberbullying se está convirtiendo en un elemento fundamental debido a su gran prevalencia y sus fuertes consecuencias ya descritas. Para abordar esta problemática, INTECO (2013), en su “Guía de actuación contra el ciberacoso. Padres y educadores” menciona el concepto de la educación en dos ámbitos:

Conductual:

- Educación en la comunicación en el entorno familiar: Los niveles apropiados de comunicación no se forman ante la necesidad, sino que deben estar ya afianzados para que cuando ocurra algo, pueda resolverse de manera más sencilla, además de los beneficios que aporta a la convivencia familiar y la buena relación en el día a día.
- Educación en sensibilidad: es fundamental que comprendan el respeto a la víctima y trabajen la empatía para así evitar situaciones de violencia y de exclusión a menores.

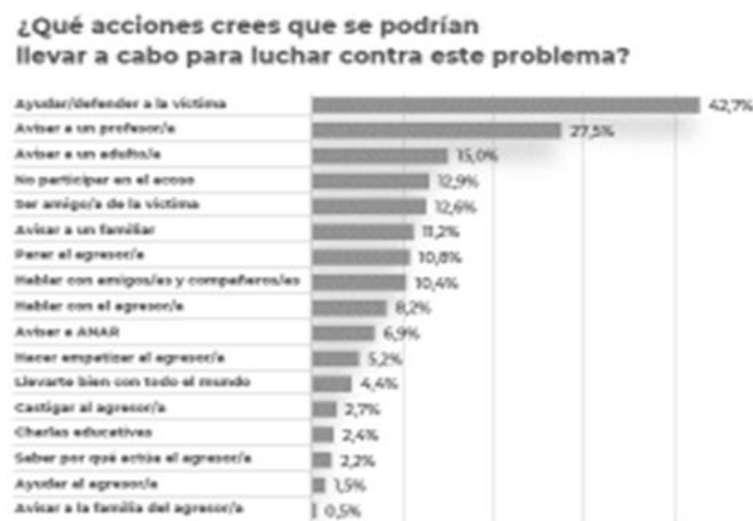
- Pensamiento consecuencial y problemas éticos. Es fundamental enseñar a los menores dos conceptos importantes. Por un lado, no dar credibilidad a todo lo que ven por internet y avisarles de los peligros que conlleva compartir información. Por otro, explicarles las consecuencias que conlleva la información que se publica.

Tecnológico:

- Educar en el funcionamiento técnico de los dispositivos: Se debe dar a conocer los riesgos del uso de las TIC (virus, spam, suplantación de identidad, etc.), y las herramientas que es necesario se tengan en los equipos (antivirus, etc.) así como proteger las cuentas con contraseñas fiables y robustas
- Delimitar los horarios de empleo para eludir la dependencia a las redes sociales y fijar un lugar frecuente para utilizar el ordenador.
- Determinar un rango de edad, tanto para el uso de las tecnologías, como para el acceso a contenidos.

La Fundación Ayuda a Niños y Adolescentes en Riesgo (ANAR, 2021) en su “III Informe de Prevención del Acoso Escolar en Centros Educativos en Tiempos de Pandemia 2020 y 2021”, llevó a cabo un cuestionario para alumnos de la Comunidad de Madrid, en el cual se preguntaba qué acciones creen ellos que pueden ayudar a luchar contra el ciberbullying, como se muestra en la figura 2.

Figura 2. Respuestas de los alumnos sobre acciones para luchar contra el ciberbullying.



Fuente: Recuperado de la Fundación ANAR, 2021

2.5.1. Programas de prevención

En la actualidad, aunque existen varios programas realizados para la prevención del ciberbullying, cabe destacar el programa originario de Finlandia denominado KiVa. Dicho programa se realizó en tres diferentes versiones según las edades de los niños, entre 6 y 10, 10 y 12, y 12 y 16 años de edad, cuyos objetivos eran reducir el acoso escolar, prevenir nuevos incidentes, minimizar los efectos negativos del acoso y mejorar la convivencia escolar (Mäkelä y Catalán, 2018).

El programa de prevención según queda descrito en su página web oficial KiVa (<https://espanaes.kivaprogram.net/es>) se basa en tres pilares:

- Entregar a los padres información sobre el acoso, proporcionando pautas para que consigan reconocerlo y obtener un papel clave en la comunicación escuela-familia.
- Ayudar a los alumnos a explorar sus propios sentimientos y los de sus compañeros, fortaleciendo su sistema de valores para afrontar el acoso. Éste utiliza un video juego anti-acoso escolar como herramienta innovadora.
- Formar a los profesores con estrategias, metodologías y herramientas prácticas para prevenir, intervenir y realizar una búsqueda de seguimiento de los casos de acoso.

KiVa se ajusta a tres principios básicos para desarrollar su programa, prevención, intervención y supervisión, los cuales quedan resumidos en la tabla 5.

Tabla 5. *Principios básicos de KiVa*

Prevención	Intervención	Supervisión
Acciones globales para todo el grupo, no centrándose exclusivamente en la víctima o el acosador. El grupo no fomentará estas situaciones e incluso podrá corregirlas.	Acciones específicas en situaciones que ya resultan acoso escolar. Se elige a un grupo pequeño cercano a la víctima y al acosador para que puedan ayudar en la situación.	Se dispone de una herramienta online, la cual evalúa la situación inicial del centro y permite realizar un seguimiento constante de los cambios que se van produciendo.

Fuente: Elaboración propia a partir de <https://espanaes.kivaprogram.net/>

Además, existen otros programas de prevención de diferentes Comunidades Autónomas de España:

- El programa de prevención, detección y actuación (PDA), originario de Cataluña, se basa en un protocolo cuyas funciones quedan expuestas en la tabla 6 (Equip SEER, 2017).

Tabla 6. *Funciones del Programa PDA de Cataluña*

P (PREVENCIÓN)	D (DETECCIÓN)	A (ACTUACIÓN)
Educar los propios potenciales	Observación	Parar la violencia y proteger a los implicados
	Diagnóstico	Activar al espectador e implicarlo en la solución
Sensibilización	Tipificación	Reparación del dolor y restaurar el bienestar

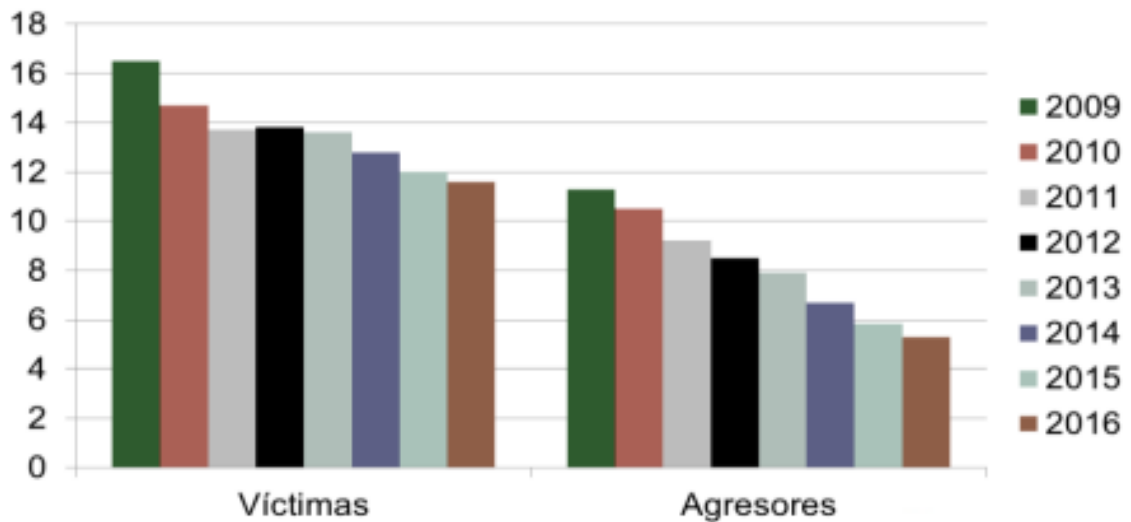
Fuente: Elaboración propia a partir de SEER Salud I Educació Emocional, 2017.

- Programa ASEGURATE, originario de Andalucía, profundiza más en el ciberbullying. Trata de unas 6 sesiones adaptadas, tanto a la educación primaria como a la secundaria. En el estudio de Del Rey et al. (2018), se observa que el programa resultó efectivo, disminuyendo la prevalencia de las agresiones por internet, y además, aumentando la implicación de los alumnos en factores de riesgo del ciberbullying.
- Programa #TUCUENTAS, el cual ha sido elaborado en la Comunidad Autónoma de Castilla- La Mancha, según cuenta en las notas de prensa la consejera de bienestar Sanchez (2020), se plantea un canal para la atención de los casos, ayudando a la detección precoz e intervención inmediata de los profesionales. Este programa, cuenta con un número de atención telefónica disponible las 24 horas al día. Éste es gratuito, está dirigido en especial a niños, y en general, a todo el entorno como son padres,

educadores, víctimas, acosadores, etc. A su vez, este programa realiza una sensibilización, ofreciendo materiales educativos como videos, audiocuentos y videojuegos para niños. Dicho programa ha llegado en 2020 a un total de 123 centros educativos de Castilla- La Mancha.

En conclusión, es de gran importancia la implementación de programas educativos que se complementen con los ya mencionados en este apartado. Cada uno de ellos, aporta al programa desarrollado en este trabajo, en menor o mayor medida ideas en las que fijarse. Por ejemplo, enseñan la importancia de no centrarse únicamente en la víctima, sino en todo el entorno educativo y su sensibilización. Además, muestran que este tipo de programas han resultado efectivos tanto en educación primaria como secundaria. KiVa a través de sus evaluaciones anuales, evidencia un descenso significativo del acoso escolar durante 9 años de análisis, como se muestra en la figura 3.

Figura 3. Prevalencia de víctimas y agresores entre 2009 y 2016 en las escuelas KiVa finlandesas a nivel nacional.



Fuente: Adaptado de Mäkelä y Catalán, 2018.

2.6. Marco normativo

El ciberbullying puede encontrarse legislado en varias normativas estatales, estas se resumen en un artículo sobre la legislación del ciberbullying (Escudero, 2018):

- El art. 13 de la Ley orgánica 1/1996, de 15 de enero, de Protección Jurídica del Menor obliga a toda individuo o autoridad, notificar a la autoridad o sus agentes, las condiciones de alarma que puedan dañar a un menor. Amplía la instrucción 10/2015 de la fiscalía general del Estado, que se hace necesario prestar asistencia urgente que precise. Con lo que un ambiente de acoso prolongado no puede sino suponer una circunstancia de peligro.
- La Ley Orgánica 1/1990, de 3 de octubre, de ordenación general del sistema Educativo define como finalidad elemental de la educación, aportar a los niños una formación íntegra que les habilite para formar su propia e innata identidad, así como una noción de la realidad que constituya a la vez, la valoración ética y moral, y el conocimiento de esta.
- La STC nº 120/1990, de 27 de junio declara que la regla del art. 10.1 de la constitución española implica que la medida, en cualquier escenario en el que la persona se encuentre, ha de perdurar intacta.
- La constitución enuncia derechos fundamentales: la educación (art. 27), la integridad física y moral (art. 15), la libertad y a la seguridad (art. 17) y la tutela judicial efectiva (art. 24). La educación por esencia tiene la capacidad de desarrollo de la personalidad humana, en el respeto a los principios democráticos de sociabilidad y, a los derechos y libertades fundamentales (art. 27.2).

Además, en España el acoso escolar puede llegar a ser delito si dichas conductas se encuentran tipificadas en el código Penal. La Ley Orgánica 1/2015 introduce un nuevo delito de acoso, en comportamientos que se perpetren de manera persistente y constante por medio de las cuales se perjudica seriamente la sensación de seguridad y la libertad de la víctima, a la que se humilla con persecuciones u otros actos de hostigamiento. Este delito se condena con la entrada en prisión en un tiempo estimado entre los tres meses y los dos años, o multa de seis a veinticuatro meses.

3. IMPLEMENTACIÓN DE LA PROPUESTA DE PREVENCIÓN

Hasta la fecha, hay pocos estudios que traten sobre los efectos que conlleva el elevado acceso a las tecnologías e internet de los niños de educación primaria, en los diferentes tipos de roles que se dan en los casos de ciberbullying (García-Fernández et al., 2017). Este hecho, ha orientado la elección de este programa de prevención sobre el ciberbullying, hacía un curso de 5º de educación primaria.

Algunos estudios han demostrado efectos negativos similares en el bienestar psicológico de los más jóvenes por el ciberacoso, la baja autoestima y la disminución de la socialización con los compañeros. Además, no solo es importante la prevención del ciberbullying en las víctimas, sino en todo el colectivo incluyendo familias, educadores, espectadores y agresores. (Kumar y Goldstein, 2020).

3.1. Objetivo general y específicos de la propuesta

3.1.1. Objetivo General

Para desarrollar el programa de prevención, se parte de este objetivo general:

- Evaluar la efectividad del programa de prevención, con el fin de reducir la incidencia del ciberbullying y mejorar la respuesta de actuación en 5º curso de educación primaria.

3.1.2. Objetivos Específicos

Seguidamente, se atenderá a los siguientes objetivos específicos:

- Informar y sensibilizar sobre el fenómeno del ciberbullying y sus efectos, a docentes, alumnos y familiares.
- Dotar de herramientas al profesorado y familiares para cómo prevenir o actuar ante situaciones de posible ciberbullying.
- Realizar actividades dinámicas y participativas entre alumnos y profesores con el fin de aumentar la confianza mutuamente.
- Mejorar valores como la autoestima o la empatía en los alumnos.
- Analizar la situación actual de la clase, en referencia al ciberbullying.

3.2. Hipótesis que se espera confirmar a través de la implementación de la propuesta

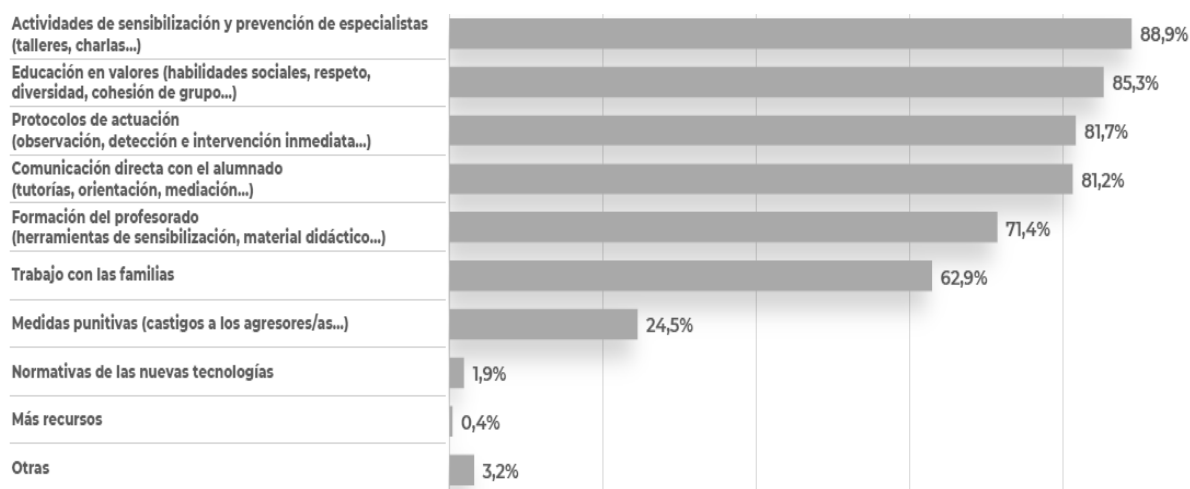
Considerando los objetivos descritos en el apartado anterior, se presenta la siguiente hipótesis ex post facto:

“La implementación del programa de prevención del ciberbullying, concienciará a todos los destinatarios, reduciendo la incidencia y mejorando la respuesta de actuación ante estos casos”

3.3. Análisis de necesidades

Según la Fundación ANAR (2021), en su “III Informe de Prevención del Acoso Escolar en Centros Educativos en Tiempos de Pandemia 2020 y 2021”, dice que los estudiantes creen que el centro escolar no actuó en el 17% de los casos solucionados, siendo el porcentaje más elevado con diferencia entre las distintas opciones. Siguiendo con este informe, en la figura 4 se puede observar que los educadores piensan que las actuaciones más convenientes para reducir el acoso en el entorno escolar, son las actividades de sensibilización y prevención de especialistas, los protocolos de actuación, la educación en valores y la comunicación directa con los alumnos. Y seguidamente, la formación del profesorado y el trabajo con las familias, concluyendo como una de las menos valoradas las medidas punitivas.

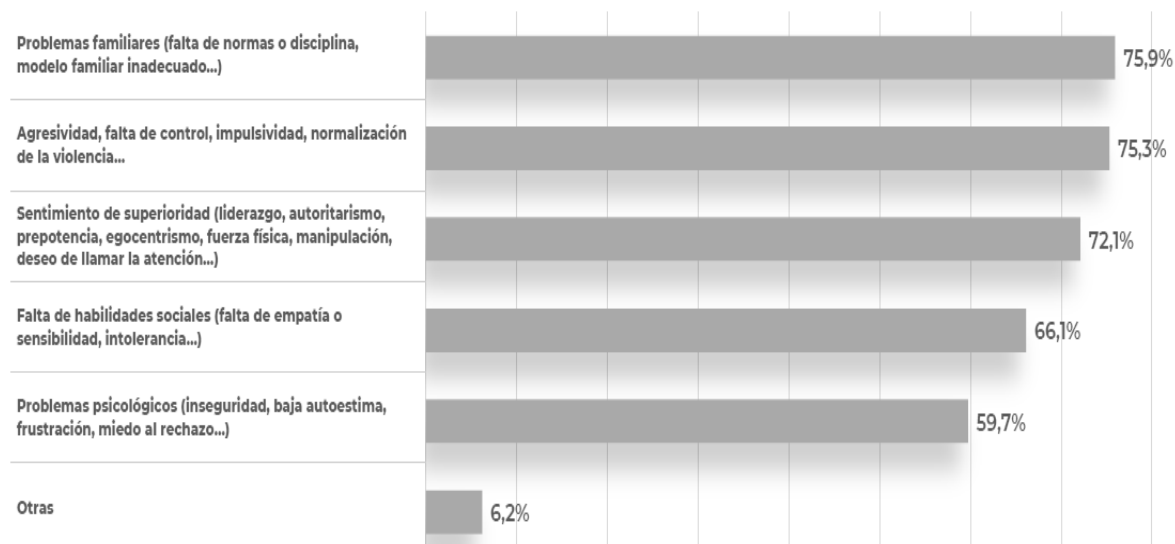
Figura 4. *Respuestas de los profesores a que intervenciones creen que son más efectivas en los centros escolares.*



Fuente: Recuperado de la Fundación ANAR, 2021

También, se pueden ver en la figura 5, los principales rasgos que determinan a los agresores en el entorno escolar según la generalidad de educadores. Estas son los problemas familiares, la agresividad o falta de control, el sentimiento de superioridad y la falta de habilidades sociales.

Figura 5. *Respuestas de los profesores sobre que tipo de características personales tiene un agresor.*



Fuente: Recuperado de la Fundación ANAR, 2021

El ciberbullying entre iguales, en los centros forma una significativa preocupación educativa y social por sus peligrosos efectos en la salud mental y psicosocial. A pesar de ello, los educadores aún no están lo suficientemente formados para actuar, e incluso, en muchas ocasiones no son capaces de detectar situaciones de ciberbullying en sus propias clases. (Gimminez-Gualdo et al., 2018).

En el centro donde se va a realizar el programa, durante el curso 21/22 se produjo un caso grave de ciberbullying a través de la red social “WhatsApp”, en el cual se realizaban insultos y amenazas a una alumna que había sido engañada por otras compañeras de clase. Este suceso involucraba a dos cursos de 6º de primaria. Finalmente, tras analizar las necesidades que surgen en los centros educativos, este programa de prevención pretende aportar unos beneficios según las carencias observadas, como por ejemplo informar y sensibilizar sobre el ciberbullying, dar herramientas para actuar de manera adecuada, a través de actividades dinámicas y participativas, y mejorar la autoestima y la empatía del alumnado.

3.4. Características del centro

A continuación, se tratan los siguientes apartados según el proyecto educativo del centro (PEC, 2017):

3.4.1. Rasgos socioeducativos e institucionales del centro

El colegio de Educación Infantil y Primaria, es un centro de titularidad pública, en concreto de la Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha. El escenario socioeconómico de las familias es medio, y al colegio se le ha proporcionado de otros servicios como, el aula matinal y el comedor escolar. El índice de satisfacción social puede considerarse medio.

3.4.2. Población educativa del centro

El alumnado: es un reflejo del barrio, homogéneo y hay alrededor de 650 alumnos. La motivación y la participación en las actividades es positiva.

Las familias: presentan un alto grado de participación en las reuniones citadas y la mayoría, se consideran contentas por el trabajo y el trato de los profesores. Los padres son bastante jóvenes, se hallan en un rango de edad de entre los 25 y los 50 años, con una media de dos hijos en edad escolar.

El personal docente: la plantilla está compuesta por 43 maestros, distribuidos entre Educación Infantil y bilingüe de inglés, Educación Primaria y bilingüe de inglés, Filología Inglesa, Educación Física y Musical, Pedagogía Terapéutica, Audición y Lenguaje, Religión y Orientador.

El personal no docente: en el presente curso está conformado por 14 personas, entre coordinadores y monitores del comedor, administrativo, conserje, personal de limpieza y fisioterapeuta.

3.4.3. Entorno del centro

El centro se encuentra en un barrio del centro de la ciudad de Albacete, en una zona de fácil acceso. Por su localización, es un lugar de muy bajo índice de educación. El nivel de estudios de estos habitantes se encuentra entre básicos y medios. Hay que recalcar la necesidad de aprovechar los recursos que este entorno nos brinda, como significativas posibilidades educativas como el centro Sociocultural, la biblioteca Municipal, etc.

3.5. Viabilidad técnica para llevar a cabo la propuesta

Para la elaboración del programa educativo, se necesita un análisis de los recursos a nivel institucional, tecnológicos y humanos para llevar a cabo el proyecto. Tras el análisis, se comprueba que el nivel de recursos que dispone el centro se ajusta a las necesidades del proyecto. Además, según el “Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria”, establece que los centros tienen la autonomía propia para la elaboración de programas de prevención en Castilla- La Mancha.

Por tanto, desde un punto de vista técnico, teniendo en cuenta las herramientas y los conocimientos necesarios, es factible que el programa de prevención pueda llevarse a cabo.

3.6. Descripción de los destinatarios

Dentro de los distintos destinatarios que son influidos por el programa, se van a diferenciar dos tipos, los directos e indirectos:

- Destinatarios directos:

De este programa, se dividen tres grupos, en los cuales, se trabaja de manera individual con cada uno de ellos. Estos grupos son las familias, los profesores y los alumnos (10 chicas y 6 chicos) del curso de 5º A de educación primaria. Estos alumnos tienen una edad comprendida entre los 10 y 11 años.

- Destinatarios indirectos:

Como destinatarios indirectos podemos decir, que son toda población que rodea al centro, como alumnos, familias y profesores que no pertenecen a la clase de 5º A, pero que se verán influidos positivamente en su entorno.

3.7. Metodología

Antes de empezar con las actividades, en base a los objetivos específicos del programa, habrá una reunión con los profesores que van a ser colaboradores y con el director del colegio, con el fin de explicar la dinámica del programa y que se pretende lograr con su realización. Una

vez realizada, se comunicará a los padres y se les formará a través de un curso sobre el fenómeno del ciberbullying.

El programa de prevención, se basa en la combinación de diferentes metodologías para cumplir los objetivos específicos descritos anteriormente (Sáez, 2018):

- Exposición, el educador social presenta la información a toda la clase, se recurre a este modelo para la introducción de los contenidos fomentando un estilo de aprendizaje pragmático (EP)
- Lluvia de ideas: a través de diversas actividades los alumnos trabajan la resolución de algunos casos reales de ciberbullying. Se favorece un estilo de aprendizaje activo, propiciando una motivación y colaboración de los niños en el trabajo de grupo.
- Juego de roles: a través de este método se promueve la empatía de grupo y se favorecen los estilos de aprendizaje activo, teórico, reflexivo y pragmático.
- Modelos pedagógicos: con la realización de actividades en grupo se desarrolla un aprendizaje cooperativo, y además, también se utiliza el modelo de autoconstrucción de materiales, promoviendo el aprendizaje activo, social y creativo.
- Audiovisual: con videos, cortos y películas usadas en clase, facilita la motivación y la sensibilización de los alumnos, al tiempo que promueve el autoaprendizaje.
- Gamificación: a través de la incorporación de dinámicas de juegos, se potencia la motivación y la concentración de los alumnos.

3.8. Recursos

Para que el programa sea viable, es fundamental recurrir a una serie de recursos, tanto humanos como materiales, los cuales vamos a clasificar y contabilizar en la tabla 7:

- Recursos Humanos: vamos a distinguir, entre el personal interno del centro y el externo.
- Recursos Materiales: estos recursos los diferenciamos entre instalaciones del centro y el material utilizado en las distintas sesiones.

También será fundamental contemplar el presupuesto de este programa. En este caso, conlleva un mínimo coste económico, ya que no se necesitan materiales extraescolares y el centro aporta las instalaciones necesarias para el desarrollo de las reuniones y sesiones. Los

recursos humanos vienen de programas gratuitos, en los que van realizando charlas por los distintos colegios de la ciudad, y el educador social, es proporcionado por el propio Ayuntamiento, el cual ofrece ayudas a este tipo de programas que fomentan la convivencia.

Tabla 7. *Recursos del programa de prevención del ciberbullying en 5º de primaria.*

Recursos del programa			
Recursos humanos		Recursos materiales	
Internos	Externos	Instalaciones	Materiales
Director	Educador social	Salón de actos	Audio visuales
Jefe de Estudios	Víctima voluntaria	Aula de 5º	Fichas
Orientadora	Policía Nacional		Portátil
6 Maestros			Proyector

Fuente: Elaboración propia.

3.9. Procedimiento para su implementación

A continuación, se desarrollan las etapas, las sesiones y la temporalidad de este programa:

3.9.1. Etapas

Para el adecuado desarrollo del programa de prevención, se requiere seguir el orden de las diferentes etapas que vemos a continuación para poner en marcha la propuesta:

- 1 Reunión con los directivos.
- 2 Definición de los objetivos y justificación del programa.
- 3 Formación a profesores y familias.
- 4 Puesta en marcha de las actividades.
- 5 Evaluación inicial, continua, final.
- 6 Conclusiones de la implementación.

3.9.2. Desarrollo de las sesiones

Tabla 8. Sesión 1 “El papel del educador”

SESIÓN 1		El papel del educador	
Objetivos			
-Formación del profesorado sobre el ciberbullying -Ofrecer herramientas para detectar posibles casos de ciberbullying y ayudas ante casos concretos.			
Metodología			
-Aprendizaje pragmático con la introducción y exposición del proyecto.			
Recursos	Temporalidad	Destinatarios	
Guía, salón de actos, portátil y proyector.	10/01/2023 30 min	Profesores	
DESARROLLO ACTIVIDADES			
1º <u>Introducción y explicación</u> del proyecto que se va a llevar a cabo sobre la temática del ciberbullying en la clase de 5º A. Resolución de las dudas que puedan plantearse.		20 min	
2º <u>Entrega de la “Guía S.O.S contra el ciberbullying para educadores”</u> de INTECO y del número de teléfono del programa #TÚCUENTAS de Castilla-La Mancha, para solicitar ayuda en una necesidad de actuación.		5 min	

Fuente: Elaboración propia, 2022.

Tabla 9. Sesión 2 “La importancia de la familia”

SESIÓN 2		La importancia de la familia	
Objetivos			
-Formar y sensibilizar a los familiares o tutores sobre el ciberbullying -Alertar de las consecuencias que acarrea el ciberbullying. -Ofrecer herramientas para detectar posibles casos de ciberbullying.			
Metodología			
-Aprendizaje pragmático y participativo con la exposición y reflexión de videos, y del curso online.			
Recursos	Temporalidad	Destinatarios	
Salón de actos, curso online, portátil y proyector.	13/01/2023 65 min	Familias	
DESARROLLO ACTIVIDADES			
1º <u>Introducción y explicación</u> del proyecto que se va a llevar a cabo sobre la temática del ciberbullying. Resolución de las dudas que puedan plantearse.		10 min	
2º <u>Video</u> “no mires para otro lado, actúa”: Visionado para sensibilizar a los padres sobre el ciberbullying. https://www.youtube.com/watch?v=NALSmeYGZ1w&ab_channel=ElMundo		5 min	
3º <u>Curso online de formación para padres</u> : Se llevará a cabo la visualización de 7 videos formativos sobre el ciberbullying (Anexo 1) y su reflexión. https://www.savethechildren.es/escuela/cursos/curso-online-bullying-y-ciberbullying/videos		35 min	
4º <u>Entrega de la guía</u> : Se les aportará la guía que ofrece el curso para que los familiares puedan consultarla en cualquier momento. https://www.savethechildren.es/sites/default/files/2021-07/guia_acoso_ciberacoso_savethechildren.pdf		5 min	

Fuente: Elaboración propia, 2022.

Tabla 10. Sesión 3 “¿Es lo mismo ciberbullying que bullying?”

SESIÓN 3		¿Es lo mismo ciberbullying que bullying?	
Objetivos			
-Informar sobre las diferencias y similitudes del bullying y el ciberbullying. -Sensibilizar sobre los efectos del bullying. -Realizar actividades dinámicas y participativas.			
Metodología			
-Gamificación a través de la actividad de las tarjetas y aprendizaje cooperativo con la sopa de letras. -Aprendizaje participativo con la visualización del corto y su reflexión colectiva.			
Recursos	Temporalidad	Destinatarios	
Aula, tarjetas, fichas, portátil y proyector.	17/01/2023 55 min	Alumnos	
DESARROLLO ACTIVIDADES			
1º <u>Diferencia el ciberbullying del bullying:</u> En grupos de 4 personas, se repartirán unas tarjetas (Anexo 2) con diferentes frases. Estos grupos dividirán una mesa en 2 zonas, una para colocar las tarjetas relacionadas con el ciberbullying y otra para el bullying. Cuando los 5 grupos terminen de colocar las tarjetas, el orientador irá preguntando frase por frase en qué lugar las han colocado, para ver si están en el lugar adecuado.		15 min	
2º <u>Sopa de letras y relaciona sus definiciones:</u> En grupos de 4 rellenarán una ficha (Anexo 3) con 2 actividades, una sopa de letra con palabras que representan el acoso escolar, y un ejercicio de relacionar estas con sus respectivas definiciones.		15 min	
3º <u>Corto sobre Bullying y acoso en las aulas “No juegues conmigo”:</u> Visionado del corto y reflexión sobre este entre toda la clase.		15 min	
https://www.youtube.com/watch?v=tln4m5Tb8KA&ab_channel=ComunidaddeMadrid			

Fuente: Elaboración propia, 2022.

Tabla 11. Sesión 4 “¿Qué es el Ciberbullying?”

SESIÓN 4		¿Qué es el Ciberbullying?
Objetivos		
<ul style="list-style-type: none"> -Informar sobre el concepto del ciberbullying. -Sensibilizar sobre los efectos del ciberbullying. -Realizar actividades dinámicas y participativas. -Analizar posibles casos de ciberbullying. 		
Metodología		
<ul style="list-style-type: none"> -Gamificación y aprendizaje cooperativo con la incorporación del juego. -Aprendizaje participativo con la reflexión colectiva del video y los mitos. 		
Recursos	Temporalidad	Destinatarios
Aula, fichas, cuestionario, portátil y proyector.	07/02/2023 55 min	Alumnos
DESARROLLO ACTIVIDADES		
<p>1º <u>Mitos sobre el ciberbullying:</u> El profesor leerá diferentes afirmaciones sobre el ciberbullying (Anexo 4) y los alumnos, que irán paseando por la clase chocando “los cinco”, deberán ir hacia la pizarra si creen que la afirmación del profesor es VERDADERA, pero si piensas que es un MITO, se colocarán al final de la clase. Con cada respuesta, el profesor dará una breve explicación, facilitando una comprensión más clara.</p>		20 min
<p>2º <u>Video sobre Ciberbullying “Ciberacoso en redes sociales, video games, smartphones... y su prevención”:</u> Visionado del video y reflexión sobre este tema entre toda la clase.</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=SEC_dOWFN5M&ab_channel=PantallasAmigas</p>		15 min
<p>3º <u>Cuestionario:</u> Realización de un cuestionario (Anexo 5), para observar si entre los alumnos hay indicios de un posible caso de ciberbullying.</p>		10 min

Fuente: Elaboración propia, 2022.

Tabla 12. Sesión 5 “¡Valórate! a ti y a los que te rodean”

SESIÓN 5		¡Valórate! a ti y a los que te rodean	
Objetivos			
-Realizar técnicas para mejorar la autoestima y la empatía.			
Metodología			
-Autoconstrucción de materiales con la realización de la “pajarita” facilitando el aprendizaje activo, social y creativo.			
-Aprendizaje participativo con la reflexión colectiva sobre los fragmentos de la película.			
Recursos	Temporalidad	Destinatarios	
Aula, película, hojas de papel y clip	28/02/2023 55 min	Alumnos	
DESARROLLO ACTIVIDADES			
1º Película “Wonder”:		30 min	
Visionado y reflexión de diferentes fragmentos de la película “wonder”, en la que se tratan temas como bullying y ciberbullying, autoestima, superación personal, papel de educadores y familiares, e inclusión social entre otros.			
https://www.youtube.com/watch?v=AWgLSlxOAt4&ab_channel=TrailersInSpanish			
2º La pajarita positiva:		15 min	
Los 16 alumnos se colocarán en círculo con un folio cada uno, donde en la parte de arriba escribirán su nombre y posteriormente irán doblando. A continuación, pasarán sus folios hacia el compañero de la derecha, donde cada uno escribirá una característica positiva del compañero al que pertenece ese folio. Después de escribir la característica, volverán a doblar el folio y se lo pasarán al siguiente compañero de la derecha. Con esto, cada folio dará la vuelta completa hasta llegar al destinatario en forma doblada, con la que con la ayuda de un clip y doblándolo en la parte de la mitad formará una pajarita (Anexo 6) que podrán ponerse y llevar a casa de recuerdo.			

Fuente: Elaboración propia, 2022.

Tabla 13. Sesión 6 “¿Seguro que usas bien los aparatos digitales?”

SESIÓN 6		¿Seguro que usas bien los aparatos digitales?
Objetivos		
<p>-Informar y sensibilizar sobre los efectos negativos de mal uso de las TICs. -Realizar actividades dinámicas y participativas.</p>		
Metodología		
-Aprendizaje participativo y colaborativo con la reflexión conjunta del debate y los videos.		
Recursos	Temporalidad	Destinatarios
Aula, portátil y proyector.	21/03/2023 55 min	Alumnos
DESARROLLO ACTIVIDADES		
<p>1º <u>Video</u> sobre el uso responsable de las tecnologías para niños “Primer móvil, ciberbullying, fake news y privacidad”: Visionado del video y reflexión sobre este tema entre toda la clase.</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=tBObvknOg&ab_channel=SmileandLearn-Espa%C3%B1ol</p>		20 min
<p>2º <u>Debate sobre el uso de la webcam:</u> Se realizará un debate dividiendo 4 grupos, en los que se les harán preguntas sobre los videos que posteriormente visualizarán:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Crees que aunque no estés usando el ordenador pueden verte? - ¿Todo lo que te enseñan a través de la webcam es real? - ¿sabes si pueden grabarte? - ¿qué información pueden saber de nosotros? 		15 min
<p>3º <u>Videos</u> de 5 advertencias sobre los riesgos asociados a las cámaras web:</p> <p>¡Cuidado con la webcam!</p>		15 min

Fuente: Elaboración propia, 2022.

Tabla 14. Sesión 7 “Y tú, ¿qué harías?”

SESIÓN 7		¿Y tú, qué harías?
Objetivos		
-Realizar actividades dinámicas y participativas para la resolución de casos en grupo. -Fomentar la creatividad de los alumnos y la capacidad de resolución de problemas.		
Metodología		
-Lluvia de ideas, a través de la creación del comic facilitando un aprendizaje activo y cooperativo.		
Recursos	Temporalidad	Destinatarios
Aula, cartulina, portátil y proyector.	11/04/2023 55 min	Alumnos
DESARROLLO ACTIVIDADES		
1ª <u>Hacemos nuestro “Comic”:</u> El profesor expondrá el inicio de un caso ficticio de ciberbullying, y entre toda la clase, a través de la web (https://www-es.pixton.com), crearán un comic virtual (anexo 7), en el cual deberán reconducir el problema expuesto.		35 min
2ª <u>Introducción a la sesión 9 sobre Role-playing:</u> Entre 3 maestros voluntarios del centro y el educador social, realizarán una escenificación de un caso de ciberbullying. Representando 4 papeles principales: agresor, víctima, profesor y espectador. Seguidamente, se les explica a los alumnos que en grupos de 4, prepararán una escenificación de máximo 10 minutos sobre el caso expuesto, de la manera en la que ellos actuarían si fuesen esos personajes.		15 min

Fuente: Elaboración propia, 2022

Tabla 15. *Sesión 8 “¡Cuéntame tu experiencia!”*

SESIÓN 8		¡Cuéntame tu experiencia!	
Objetivos			
-Sensibilizar sobre las consecuencias que puede acarrear el ciberbullying.			
Recursos	Temporalidad	Destinatarios	
Salón de actos, portátil y proyector.	02/05/2023 60 min	Alumnos y profesores	
DESARROLLO ACTIVIDADES			
Charla de la Policía Nacional de Albacete: “riegos y buen uso de Internet y las TIC”		305min	
Charla víctima de ciberbullying del “centro joven de Albacete”		15 min	

Fuente: Elaboración propia, 2022.

Tabla 16. Sesión 9 “¡Se abre el telón!”

SESIÓN 9		¡Se abre el telón!	
Objetivos			
-Realizar actividades dinámicas y participativas para la resolución de casos en grupo. -Fomentar la creatividad de los alumnos y la capacidad de resolución de problemas. -Analizar la necesidad de actuación que requieren los alumnos.			
Metodología			
Juego de roles, a través de la escenificación se desarrolla el aprendizaje activo, teórico, reflexivo y pragmático.			
Recursos	Temporalidad	Destinatarios	
Salón de actos	23/05/2023 55 min	Alumnos	
DESARROLLO ACTIVIDADES			
1ª <u>Role-playing</u> : Los alumnos en grupos de 4 han preparado con ayuda de familiares y maestros una escenificación del caso expuesto en la sesión 7. Deben realizar diferentes maneras de actuar ante este mismo caso, plasmando así su punto de vista.		50 min	

Fuente: Elaboración propia, 2022.

3.9.3. Temporalización

En la tabla 17, se puede ver el desarrollo de la temporalización sobre la puesta en marcha que seguirá el programa de prevención. Al comienzo habrá una reunión para los profesores y otra para las familias, en las que se llevará a cabo la sensibilización y formación sobre este programa. El desarrollo de las sesiones prácticas para los alumnos comenzará en enero de 2023, entre cada sesión habrá un tiempo estimado de 3 semanas. Estas se realizarán los martes, en la hora de tutoría del grupo, teniendo una duración aproximada de 55 minutos:

Tabla 17. *Cronograma del programa de prevención del ciberbullying.*

CRONOGRAMA		
Nº SESIÓN	TEMA	FECHA
-	Reunión con los directivos	14/11/2022
-	Definición de los objetivos y justificación	12/12/2022
1	El papel de los educadores	10/01/2023
2	La importancia de la familia	13/01/2023
3	¿Es lo mismo ciberbullying que bullying?	17/01/2023
4	¿Qué es el Ciberbullying?	07/02/2023
5	¡Valórate! a ti y a los que te rodean	28/02/2023
6	¿Seguro que usas bien los aparatos digitales?	21/03/2023
7	Y tú, ¿qué harías?	11/04/2023
8	¡Cuéntame tu experiencia!	02/05/2023
9	¡Se abre el telón!	23/05/2023
-	Evaluación inicial, continua y final	02/06/2023
-	Conclusiones de la Implementación	12/06/2023

Fuente: Elaboración propia, 2022.

3.10. Evaluación y discusión de resultados

La evaluación en este caso, es un elemento que se ha llevado a cabo de forma conjunta en el proceso de implementar el programa, como primera función evaluando las necesidades de la clase de 5º en lo referente al ciberbullying, hasta la finalización de este con la obtención de los resultados. Esta evaluación la dividiremos entre los diferentes beneficiarios del programa y una autoevaluación:

- **Familiares:** Al finalizar las sesiones, a través de un cuestionario que rellenarán los familiares en “Google forms”, se evaluará si la información y sensibilización hacia los familiares ha sido adecuada, y si estos han adquirido herramientas que les puedan ayudar ante posibles situaciones de ciberbullying. Algunas de las 10 cuestiones son: ¿Ante un posible caso de ciberbullying sabrías qué medidas tomar?, ¿Qué características determinan el ciberbullying y sus consecuencias?, etc.
- **Profesorado:** estos también rellenarán otro formulario al terminar las sesiones, en el que habrá las mismas cuestiones que en el de las familias, pero además se añadirán cuestiones encaminadas a la observación y detección de estos casos. Por ejemplo: ¿qué medidas tomarías si observas un cambio brusco de conducta en un niño, como faltas injustificadas, no atender en clase o estar aislado?, etc.
- **Alumnos de 5º A:** respecto a los alumnos, la evaluación concederá una mayor importancia ya que son el foco de riesgo ante esta problemática, realizando tres tipos de evaluación (inicial, continua y final):

Evaluación inicial, Los alumnos rellenan un cuestionario (anexo 5), en el cual se pueden observar indicios sobre posibles casos de ciberbullying en la clase. Y también, el profesor anotará en una hoja de registro el nivel general que tienen los alumnos sobre el concepto de ciberbullying a través de preguntas en voz alta y las reflexiones de estas.

Evaluación continua En este caso, al final de cada sesión y a modo de seguimiento, los alumnos deben rellenar una ficha (anexo 8) para evaluar el grado de satisfacción con respecto a las actividades dinámicas y participativas realizadas ese día, en la cual pueden escribir cualquier duda u observación que les parezca conveniente. Esta se entrega al siguiente día a la orientadora que pasa por la clase a recogerlo, la cual se lo

mandará al educador social con el fin de que estos puedan evaluar el progreso y realizar las modificaciones pertinentes en sesiones posteriores, si esto fuese necesario.

Evaluación final: por un lado se hace una evaluación cualitativa, a través de la hoja de registro, donde la orientadora y el educador social exponen los cambios que han ido observando de los alumnos desde el primer día y al último. Teniendo en cuenta la última actividad “Role – Playing”, en la que se evalúan a través de una escala de estimación, las acciones mostradas en las escenificaciones.

De forma cuantitativa, los alumnos deben rellenar unos cuestionarios para evaluar si a lo largo del desarrollo de las sesiones han mejorado su confianza, autoestima o empatía entre otros aspectos con cuestiones como por ejemplo ¿a raíz de lo aprendido, reaccionarías al observar que un compañero esta siendo víctima del ciberbullying?, ¿qué acciones llevarías a cabo?, etc.

- **Autoevaluación de la propuesta:** esta se realiza conjuntamente entre la orientadora y el educador social, siendo la última tarea, ya que se lleva a cabo después de finalizar las sesiones y analizar los resultados obtenidos tanto por las familias, como los profesores y alumnos. Se responde a un cuestionario donde en el que hay que reflexionar y debatir sobre cuestiones como ¿el tiempo de las actividades ha sido el indicado? ¿la metodología fue clara?, ¿los objetivos eran demasiado ambiciosos?, etc.

3.10.1. Reflexión crítica sobre posibles resultados

Ante unos resultados negativos, la metodología debe seguir unas pautas en las cuales se debe de analizar exhaustivamente los resultados obtenidos en todas las evaluaciones realizadas a lo largo del programa. Con lo que, a través de estas, se deben de realizar las modificaciones que se crean necesarias para reducir errores y lograr mejoras ventajosas para el desarrollo de este programa, el cual debe siempre seguir en continuo desarrollo.

4. CONCLUSIONES

El principal objetivo planteado era desarrollar una propuesta de prevención del ciberbullying en alumnos de 5º de Educación Primaria. Para ello, se ha realizado una revisión bibliográfica enfocándose en el ciberbullying y su prevalencia en la sociedad. A través de dicha búsqueda, se han identificado las consecuencias tan graves que puede producir este fenómeno en la víctima, espectador y acosador.

Durante el análisis bibliográfico, se han encontrado una serie de necesidades que ponen en manifiesto la gran importancia de programas de prevención en el entorno educativo. Ante el aumento significativo de casos de ciberbullying en la educación primaria y la escasez de investigaciones en dichas edades escolares, se plantea la necesidad de un programa preventivo en centros educativos de primaria. Así, se encuentran programas de referencia como KiVa, el cual se centra no solo en la víctima si no en los diversos roles.

La elaboración de este programa está basada en dos enfoques. El primero está orientado a la a que los profesores y familiares estén sensibilizados y formados contra el ciberbullying. Para ello, se les dota de las herramientas necesarias para su abordaje. El segundo enfoque pretende que los alumnos estén dotados de los valores básicos de convivencia, generosidad y empatía que fomentarán el uso responsable de las nuevas tecnologías. En este sentido, se ha elaborado una serie de actividades participativas y dinámicas para todos los alumnos de 5º de primaria.

Por otra parte, a la vez que se han ido diseñando las respectivas actividades, también se ha planificado como iban a ser estas evaluadas, aumentando el porcentaje de éxito del programa.

Con lo que se realiza un seguimiento al terminar cada sesión sobre el grado de satisfacción de los alumnos. Además, al terminar el programa se elabora una evaluación final sobre todos los destinatarios del programa, con la cual puede observarse si los objetivos marcados en el proyecto finalmente han sido logrados, y de no ser así, se realizarán las modificaciones para las actividades que fuesen necesarias.

Se considera que el programa de prevención realizado ha alcanzado la consecución de los objetivos descritos, ya que las actividades han sido diseñadas para adecuarse a un curso de 5º

de Educación Primaria. No obstante, para poder probar su efectividad habría que aplicarlo en la realidad.

Finalmente, la elaboración de este programa, se pretende cultivar la prevención integral del alumnado ante los casos y consecuencias del ciberbullying. Actuando no sólo en la víctima, sino también en concienciar al agresor y a los espectadores, los cuales son una parte fundamental para eliminar estas situaciones. A pesar de ser una cima difícil a la que llegar, existen numerosos estudios que motivan a seguir en busca de las posibles soluciones, ya que nos orientan el camino, demostrando la eficacia y efectividad de la realización de este tipo de programas.

5. LIMITACIONES Y PROSPECTIVA

5.1. Limitaciones

Es necesario indicar que el presente trabajo ha tenido una serie de limitaciones a considerar:

- Limitación temporal: la falta de tiempo debido al horario escolar, puede suponer la imposibilidad de realizar completamente alguna de las actividades establecidas en el programa, sin la opción de llevarlas a cabo.
- Muestra no significativa: al realizar el programa únicamente a 16 niños, la muestra no tiene representatividad, por lo que sus resultados no pueden extrapolarse a la población general.
- Falta de motivación del profesorado: en la realización del trabajo se encuentra que parte de los profesores no tienen una gran predisposición a abordar esta problemática.

5.2. Prospectiva

La mayoría de programas e investigaciones, se centran sobre todo en educación secundaria obligatoria, dicha propuesta se ciñe exclusivamente a un curso de 5º de primaria. Es por ello que, de cara a investigaciones futuras, se pretende llevar a cabo la propuesta con los diferentes cursos de dicho centro escolar. Posteriormente, tras analizar los resultados, se podrían realizar mejoras en el programa e intentar implantarlo en los diversos centros escolares de educación primaria de la provincia.

6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Allué, S., Carmona, A., Mira, M., y Velázquez, P. (2017). Yo a eso no juego. Guía de actuación frente al acoso y el ciberacoso para padres y madres. Save the Children. https://www.savethechildren.es/sites/default/files/2021-07/guia_acoso_ciberacoso_savethechildren.pdf
- Camacho, R., y Conejo, F.A. (2020). Propuesta de Formación sobre Ciberbullying de hoy en día. *Revista de la Facultad de Ingenierías y Tecnologías de la Información y Comunicación*. Año 4, Volumen 2, Número 8. DOI: 10.5281/zenodo.4505116
- Del Rey, R., Mora-Merchán, J. A., Casas, J.A., Ortega-Ruiz, R. y Elipe, P. (2018). Programa “Asegúrate”: Efectos en ciberagresión y sus factores de riesgo. *Revista Científica de Educomunicación*. 26(56), 39-48. DOI: <https://doi.org/10.3916/C56-2018-04>
- Englander, E., Donnerstein, E., Kowalski, R., Lin, C. A., y Parti, K. (2017). Defining Cyberbullying. *Pediatrics*, 140(Suppl 2), S148–S151. <https://doi.org/10.1542/peds.2016-1758U>
- Escudero, M. (2018). Legislación sobre el cyberbullying: Derecho Comparado, Derecho Europeo y Derecho Penal Español. *Educación y Futuro: Revista de investigación aplicada y experiencias educativas*, 38, 129-155.
- Fundación Ayuda a Niños y Adolescentes en Riesgo (2021). III Informe de Prevención del Acoso Escolar en Centros Educativos en Tiempos de Pandemia 2020 y 2021. Recuperado el 3 de mayo de 2022 de https://www.anar.org/wp-content/uploads/2022/02/III-INFORME-DE-PREVENCION-DEL-ACOSOS-ESCOLAR-EN-CENTROS-EDUCATIVOS_2021.pdf
- García-Fernández, C. M., Romera-Félix, E. M., y Ortega-Ruiz, R. (2017). Cyberbullying en Educación Primaria: Factores explicativos relacionados con los distintos roles implicados. *Psychology, Society & Education*, 9(2), 251-262. Doi:10.25115/psye.v9i2.697
- Gimminez-Gualdo, A.-M., Arnaiz-Sunncnez, P., Cerezo-Ramirez, F., y Pincharocimo, E. (2018). Percepción de docentes y estudiantes sobre el ciberacoso. Intervención y estrategias de afrontamiento en educación primaria y secundaria. *Comunicar* 26, 29–38.
- Hinduja, S., y Patchin, J. W. (2009). Offline consequences of online victimization: School violence and delinquency. *Journal of School Violence*, 6(3), 89–112.

- Hu, Y., Bai, Y., Pan, Y. y Li, S. (2021). Cyberbullying victimization and depression among adolescents: A meta-analysis. *Psychiatry research*, 305, 114198. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2021.114198>
- Instituto Nacional de Estadística (INE, 2021). Encuesta sobre Equipamiento y Uso de Tecnologías de Información y Comunicación en los Hogares. Recuperado el 17 de abril de 2022 de https://www.ine.es/prensa/tich_2021.pdf
- Instituto Nacional de Tecnologías de la Comunicación (2014). Guía S.O.S. contra el Ciberbullying. Educadores. Recuperado el 5 de abril de 2022 de <http://www.chaval.es/chavales/recursos>
- Instituto Nacional de Tecnologías de la Comunicación (2013). Guía de actuación contra el ciberacoso. Padres y educadores. Madrid: INTECO. Recuperado el 5 de abril de 2022 de http://xuventude.xunta.es/uploads/Gua_de_actuacin_contra_el_ciberacoso.pdf
- Joffre, V. M., García, G., Saldívar, A., Martínez, G., Lin, D., Quintanar, S., y Villasana, A. (2011). Bullying en alumnos de secundaria, características generales y factores asociados de riesgo. *Boletín Médico del Hospital Infantil de México*, vol. 68, n. 3, 193-202.
- John, A., Glendenning, A. C., Marchant, A., Montgomery, P., Stewart, A., Wood, S., Lloyd, K., y Hawton, K. (2018). Self-Harm, Suicidal Behaviours, and Cyberbullying in Children and Young People: Systematic Review. *Journal of medical Internet research*, 20(4), e129. <https://doi.org/10.2196/jmir.9044>
- Kowalski, R., Limber, S., y Agtston, P. (2010). CyberBullying: El acoso escolar en la era digital. Bilbao: Desclée de Brower.
- Krešić Ćorić, M., y Kaštelan, A. (2020). Bullying through the Internet - Cyberbullying. *Psychiatria Danubina*, 32(Suppl 2), 269–272.
- Kumar, V. L., y Goldstein, M. A. (2020). Cyberbullying and Adolescents. *Current pediatrics reports*, 8(3), 86–92. <https://doi.org/10.1007/s40124-020-00217-6>
- Lamblin, M., Murawski, C., Whittle, S., y Fornito, A. (2017). Social connectedness, mental health and the adolescent brain. *Neuroscience and biobehavioral reviews* 80, 57–68. doi: 10.1016/j.neubiorev.2017.05.010

- Luengo, J.A. (2014). *Ciberbullying, Prevenir y Actual*. Guía de recursos para centros educativos. Ed. Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid. Recuperado el día 10 de mayo de 2022 de <http://www.copmadrid.org/webcopm/recursos/CiberbullyingB.pdf>
- Martínez, A., Márquez, J. J., y Lázaro, D. (2016). *Dinámicas Educativas para la Prevención del Acoso Escolar*. Ayuntamiento de Albacete.
- Mäkelä, T., y Catalán, B. L. (2018). Programa de convivencia y anti-acoso escolar KiVa : Impacto y reflexión. *Anales de la Fundación Canis Majoris*, (2), 234-258. <http://canismajoris.es/wp-content/uploads/Revista-Anales-FCM-2017-INTERACTIVO.pdf>
- Menay-López, L., y de la Fuente-Mella, H. (2014). Plataformas comunicacionales del ciberbullying: Una aplicación empírica en dos colegios de la quinta región, Chile. *Estudios pedagógicos (Valdivia)*, 40(2), 117-133. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-07052014000300007>
- Morales-Reynoso, T., y Serrano-Barquín, C. (2014). Manifestaciones del cyberbullying por género entre los estudiantes de bachillerato. *Ra Ximhai*, 10. (2),235-261. ISSN: 1665-0441. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=46132726010>
- Ortega, R., Del Rey, R., y Casas, J. (2012). Yo a eso no juego. Bullying y Ciberbullying en la infancia. Recuperado de https://www.savethechildren.es/sites/default/files/imce/docs/yo_a_eso_no_juego-cuestionario.pdf
- Pérez, B., y Vicario-Molina, I. (2016). Cyberbullying in Elementary School: Incidence of victimization and seeking support análisis. *Department of Developmental and Educational Psychology*. University of Salamanca, Salamanca, Spain.
- Proyecto Educativo C.E.I.P. Diego Velázquez (2017). Albacete. http://ceip-diegovelazquez.centros.castillalamancha.es/sites/ceip-diegovelazquez.centros.castillalamancha.es/files/documentos/proyecto_educativo_ceip_diego_velazquez_30-06-17.pdf
- Sáez, J. M. (2018). *Estilos de aprendizaje y métodos de enseñanza*. UNED Editorial.

- Sánchez, A. (2020, 16 de agosto). Prevención del acoso y ciberacoso. El Gobierno de Castilla-La Mancha elabora cuentos, videos y juegos para el programa de prevención e intervención del acoso escolar #TuCuentas [Comunicado de prensa]. <https://www.castillalamancha.es/actualidad/notasdeprensa/el-gobierno-de-castilla-la-mancha-elabora-cuentos-videos-y-juegos-para-el-programa-de-prevenci%C3%B3n-e>
- Santre S. (2022). Cyberbullying in adolescents: a literature review. *International journal of adolescent medicine and health*, 10.1515/ijamh-2021-0133. Advance online publication. <https://doi.org/10.1515/ijamh-2021-0133>
- Save the children (2019). *Happy Slapping. Cuando la violencia se hace viral*. <https://www.savethechildren.es/actualidad/happy-slapping-violencia-online-menores>
- Save the children (2017). *Curso online: Bullying y Cyberbullying*. <https://www.savethechildren.es/escuela/cursos/curso-online-bullying-y-ciberbullying/videos>
- Secretaría de Estado de Digitalización e Inteligencia Artificial (2018). Capacitación en materia de seguridad TIC para padres, madres, tutores y educadores de menores de edad. Recuperado el 7 de Mayo de 2022 de https://alumnosayudantes.files.wordpress.com/2018/03/unidades-didacticas-ciberacoso-escolar-ciberbullying-_secundaria_red-es.pdf
- Shin, S. Y., y Choi, Y. J. (2021). Comparison of Cyberbullying before and after the COVID-19 Pandemic in Korea. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(19), 10085. <https://doi.org/10.3390/ijerph181910085>
- United Nations International Children's Emergency Fund (2017). *El porcentaje de niños que afirman haber sufrido bullying 'online' aumenta conforme entran en la adolescencia*. Recuperado el 15 de mayo de 2022 de <https://www.epdata.es/datos/cibercriminalidad-ciberbullying-datos-estadisticas/291>

7. ANEXOS

Anexo 1. Curso online de 7 videos de formación sobre el ciberbullying.



1 - DEFINIENDO CONCEPTOS: QUÉ ES EL ACOSO Y EL CIBERACOSO

[Ir al vídeo](#) ▶



2 - ¿CÓMO PODEMOS DETECTAR UNA SITUACIÓN DE ACOSO O CIBERACOSO?

[Ir al vídeo](#) ▶



3 - ¿QUÉ DEBO HACER SI MI HIJO SUFRE ACOSO O CIBERACOSO?

[Ir al vídeo](#) ▶



4 - ¿QUÉ DEBO HACER SI MI HIJO ES TESTIGO DE ACOSO O CIBERACOSO?

[Ir al vídeo](#) ▶



5 - ¿QUÉ DEBO HACER SI MI HIJO ES EL AGRESOR?

[Ir al vídeo](#) ▶



6 - LA RELACIÓN CON EL COLEGIO

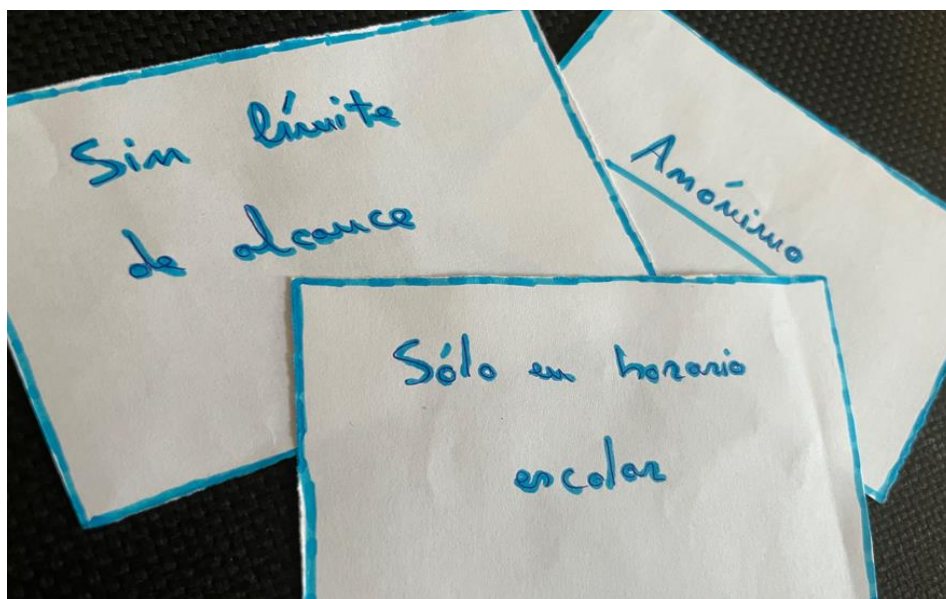
[Ir al vídeo](#) ▶



7 - PREVENIR PARA QUE EL ACOSO NUNCA LLEGUE A PRODUCIRSE

[Ir al vídeo](#) ▶

Anexo 2. Tarjetas relacionadas con el bullying y el ciberbullying.



Anexo 3. Ficha de sopa de letras y relacionar conceptos sobre el acoso escolar.

Nombre	Apellidos	Curso



Depresión:

Abuso:

Rumores:

Agresiones:

Burlas:

Víctima:

Ansiedad:

Intimidar:

Amenaza:

Insultos:

Maltrato:

- Acto de acometer a alguien para matarlo, herirlo o hacerle daño.
- Causar o infundir miedo.
- Enfermedad mental caracterizada por una profunda tristeza, decaimiento anímico, baja autoestima, pérdida del interés por todo y disminución de las funciones psíquicas.
- Tratar con crueldad, dureza y desconsideración a una persona o a un animal, o no darle los cuidados que necesita.
- Delito consistente en intimidar a alguien con el anuncio de la provocación de un mal grave para él o su familia.
- Ofender a alguien provocándole e irritándole con palabras o acciones.
- Estado mental de gran agitación, inquietud o congoja del ánimo.
- Informaciones no confirmadas y tendenciosas que la gente dice.
- Persona que padece daño por culpa ajena.
- Acción o palabras con que se procura poner en ridículo a alguien o algo.
- Hacer uso excesivo, injusto o indebido de algo o alguien.

Anexo 4. Hoja del profesor para la actividad de los mitos del ciberbullying.

Ciberbullying. Mitos y Verdades

- **El ciberbullying es un delito.**
Verdadero. No es una broma, ni algo gracioso. Se trata de un delito que puede tener consecuencias legales para quien lo realiza.
- **Si alguien te está molestando o insultando, puedes bloquear al remitente como no deseado y no recibirás más mensajes.**
Verdadero. hay que actuar cuanto antes. No se debe aguantar este tipo de conducta.
Tanto las redes sociales como los chats tienen dispositivos de bloqueo para evitar usuarios molestos.
- **Si el ciberbullying se realiza de forma anónima es imposible saber quién lo realiza.**
Falso, es cierto que en Internet muchas personas utilizan nicks -apodos- y muchas veces inventan perfiles y características personales falsas.

A veces este anonimato puede favorecer las actitudes agresivas por parte de las personas que se creen anónimas. No obstante, es bastante fácil identificar la dirección desde donde se envían los mensajes. La dirección IP de nuestro ordenador es como nuestro DNI.

Además, aunque los mensajes se envíen desde cibercafés o los ordenadores del instituto, sigue resultando fácil reconocer a la persona que está detrás, puesto que siempre se piden datos reales para utilizar los ordenadores públicos.

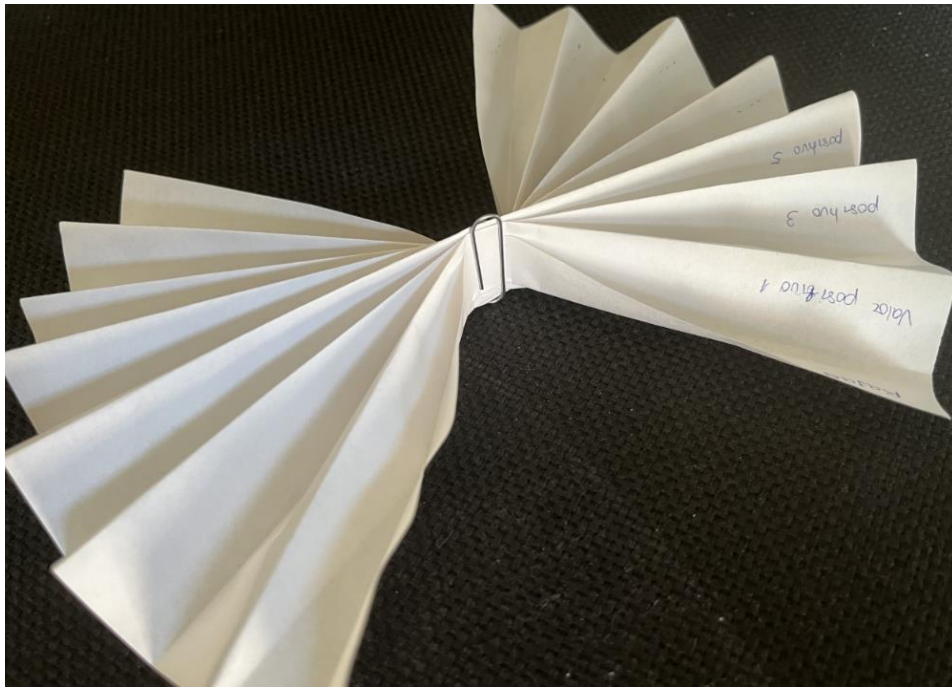
- **El ciberbullying termina con el paso del tiempo. Si denuncias será peor.**
Falso, es la falta de denuncia la que facilita que el agresor mantenga el acoso. La manera más eficaz de acabar con el ciberbullying es contárselo a alguien que te pueda ayudar. No se trata de una broma pesada de la que el agresor se cansará al cabo un tiempo.
- **El ciberbullying tiene consecuencias para el agresor y la víctima.**
Verdadero. No sólo nos referimos a las consecuencias legales de cometer un delito. La víctima puede padecer enfermedades psíquicas y físicas, tales como: depresión, fobia escolar, ansiedad, trastornos de aprendizaje, cefalea, dolor abdominal, etc. Pero además hay estudio que demuestran que el agresor también puede sufrir ansiedad, trastornos de conducta y baja autoestima.

Anexo 5. Cuestionario para observar posibles indicios de ciberbullying.

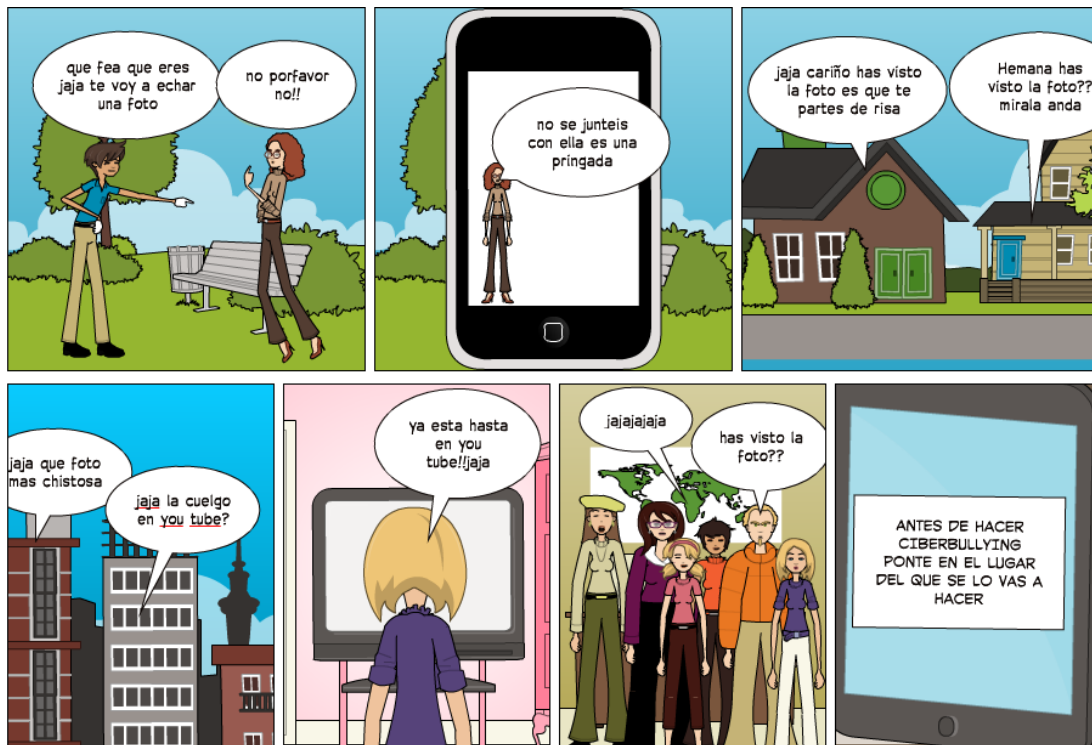
No.	Sí, una o dos veces.	Sí, una o dos veces al mes.	Sí, alrededor de una vez a la semana.	Sí, más de una vez a la semana.
1	2	3	4	5

	1	2	3	4	5
29. Alguien me ha dicho palabras ofensivas o me ha insultado usando el móvil o internet.					
30. Alguien ha dicho a otros palabras ofensivas sobre mí usando el móvil o internet.					
31. Alguien me ha amenazado a través de mensajes en internet o en el móvil.					
32. Alguien ha pirateado mi cuenta de correo y ha sacado mi información personal (ejemplo: a través de email o red social).					
33. Alguien ha pirateado mi cuenta y se ha hecho pasar por mí (a través de mensajería instantánea, WhatsApp o cuentas en las redes sociales).					
34. Alguien ha creado una cuenta falsa para hacerse pasar por mí. (Facebook, Tuenti, Twitter...).					
35. Alguien ha colgado información personal sobre mí en internet.					
36. Alguien ha colgado en internet videos o fotos comprometidos sobre mí.					
37. Alguien ha retocado fotos en las que salgo y que yo había colgado en internet.					
38. He sido excluido, aislado o ignorado de una red social o de chat.					
39. Alguien ha difundido rumores sobre mí por internet o por el móvil.					
40. He dicho palabras ofensivas a alguien o le he insultado usando internet o el móvil.					
41. He dicho palabras ofensivas sobre alguien a otras personas en mensajes por internet o por el móvil.					
42. He amenazado a alguien a través del móvil o internet.					
43. He pirateado la cuenta de correo de alguien y he robado su información personal (email o red social).					
44. He pirateado la cuenta de alguien y me he hecho pasar por él/ella (mensajería instantánea, WhatsApp o cuenta en red social).					
45. He creado una cuenta falsa para hacerme pasar por otra persona (Facebook, Tuenti, Twitter...).					
46. He colgado información personal de alguien en internet.					
47. He colgado videos o fotos comprometidas de alguien en internet.					
48. He retocado fotos o videos de alguien que estaban colgados en internet.					
49. He excluido, aislado o ignorado a alguien en una red social o chat.					
50. He difundido rumores sobre alguien en internet o por el móvil.					






Anexo 6. La pajarita positiva.



Anexo 7. Ejemplo de cómic que se realizaría de la web pixtón.



Anexo 8. Hoja de satisfacción de las sesiones.

Nombre y apellidos					
Fecha					
Items de evaluación					
¿Ha sido divertida la clase?					
¿Has entendido de que trataban las actividades?					
¿Te has sentido bien en la clase?					
¿Te han resultado fáciles las actividades?					
¿Crees que has aprendido algo nuevo?					
¿Piensas que puede serte útil?					
Observaciones:					