



Universidad de Valladolid

Facultad de educación de Valladolid.

GRADO EN EDUCACIÓN INFANTIL.

TRABAJO FIN DE GRADO:

PREVENCIÓN DEL ACOSO ESCOLAR EN EDUCACIÓN INFANTIL MEDIANTE LAS EMOCIONES

AUTORA: Verónica Cano Bayón

TUTORA: Sara García Sastre

Curso académico 2021 - 2022

RESUMEN:

El presente trabajo aborda el acoso escolar, un problema arraigado que comienza a ser más visible en la actualidad, y hay conciencia social sobre ello.

Existe la creencia que son “cosas de niños” y hay que erradicar esa idea, ya que no es ningún juego. Muchos niños y niñas que sufren acoso escolar no son capaces de reconocerlo, ya que tienen miedo de ir a clase, que para él o para ella es un martirio levantarse por las mañanas y tener que acudir a la escuela, porque sabe que allí le espera un verdadero infierno. Los padres y docentes son los que tienen que percatarse sobre lo que está sucediendo.

Este trabajo de Fin de Grado tiene como objetivo explicar a la sociedad en qué consiste el acoso escolar, la gran importancia de este problema, que cada vez afecta más a niños y niñas desde muy pequeños, sus características, los tipos de cómplices que existen en el acoso escolar, y la repercusión que tiene en las personas implicadas. Trata de comprender este problema en nuestra sociedad para poder prevenirlo interviniendo en la etapa de Educación Infantil, mediante la Educación Emocional, favoreciendo así, la empatía, la tolerancia, el respeto, y la comprensión.

PALABRAS CLAVES: Acoso escolar, Educación Infantil, Educación emocional, intervención y prevención.

ABSTRACT:

The present work deals with bullying, a deep-rooted problem that is beginning to be more visible today, and there is social awareness about it.

There is a belief that they are "children's things" and that idea must be eradicated, since it is not a game. Many boys and girls who suffer from bullying are not able to recognize it, since they are afraid to go to class, that it is a torment for him or her to get up in the morning and have to go to school, because they know that it is waiting for them there a real hell. Parents and teachers are the ones who have to realize what is happening.

This Final Degree Project aims to explain to society what bullying is, the great importance of this problem, which increasingly affects boys and girls from a very young age, its characteristics, the types of accomplices that exist in bullying, and the impact it has on the people involved. Try to understand this problem in our society in order to prevent it by intervening in the Early Childhood Education stage, through Emotional Education, thus favoring empathy, tolerance, respect, and understanding

KEY WORDS: Bullying, Early Childhood Education, Emotional education, intervention and prevention.

ÍNDICE:

1. INTRODUCCIÓN	5
2. OBJETIVOS	6
3. JUSTIFICACIÓN	7
4. MARCO TEÓRICO	9
4.1. APROXIMACIÓN TEÓRICA AL CONCEPTO DE ACOSO ESCOLAR ¿POR QUÉ SE LLEGA A ESTA SITUACIÓN?	9
4.2. TIPOS DE ACOSO ESCOLAR	11
4.3 INDIVIDUOS IMPLICADOS EN EL ACOSO ESCOLAR	14
4.4. CONSECUENCIAS QUE TIENE EL ACOSO ESCOLAR	15
4.5. SIGNOS DE DETECCIÓN	16
4.5.1. SEÑALES EN EL CENTRO EDUCATIVO	16
4.5.2. SEÑALES EN CASA	18
4.6. EMOCIONES, INTELIGENCIA Y EDUCACIÓN EMOCIONAL	20
4.7. PREVENCIÓN DEL ACOSO DESDE LO EMOCIONAL EN EDUCACIÓN INFANTIL	22
4.8. EXPERIENCIAS REALES PARA PREVENIR EL ACOSO ESCOLAR	23
5. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN	24
5.1. JUSTIFICACIÓN	24
5.2 CONTEXTO/DESTINATARIOS	24
5.3. OBJETIVOS	25
5.4. CONTENIDOS	25
5.5. METODOLOGÍA	26
5.6. TEMPORALIZACIÓN	27
5.7. DISEÑO Y DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES	28
5.9. CRITERIOS DE EVALUACIÓN	45
5.10. RESULTADOS	49
6. CONCLUSIONES	50
7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	51
ANEXOS	57

1. INTRODUCCIÓN

El bullying es una de las conductas escolares más comunes que se ha querido normalizar durante muchos años, el hecho de que otro sea sometido por alguien era bien visto incluso fomentado, ya que eso formaba ciudadanos fuertes e inquebrantables que podían atravesar cualquier situación sin importar los obstáculos.

Se tiene evidencia de que esta práctica estuvo fomentada incluso en la Antigua Roma donde eran los profesores los que aplicaban burlas y castigos a los estudiantes, además, se fomentada la agresividad como un mecanismo de defensa y forjador de la personalidad. A medida que el tiempo transcurrió se veía esta práctica no solo en las escuelas, sino en la vida cotidiana de los niños, donde era normal que los niños fueran intimidados o intimidadores.

No fue hasta los años 70 cuando Dan Olwen describió por primera vez el concepto del bullying y posteriormente realizó diversas investigaciones acerca de cómo esto afectaba no solo a la víctima, sino a todos los involucrados. Posterior a él, muchos países se sumaron a las investigaciones, todos llegando a la misma conclusión, que el bullying era una práctica que debería eliminarse.

Países como Japón, Dinámica, Holanda y Suecia son algunos de los que impulsaron intervenciones para hacer conciencia sobre esta práctica y fomentar valores como el respeto y la autoestima en los niños y adolescentes. En España se ha fomentado distintas intervenciones, algunas financiadas y diseñadas por el gobierno y otras adaptadas por las ciudades autónomas.

Aunque se hayan diseñado y aplicado diversas intervenciones y actividades, el bullying sigue siendo un tema preocupante, ya que la cifra de suicidios por esta conducta se ha incrementado de manera exponencial en lo que va de década, esto ha alertado no solo al personal de las instituciones educativas, sino también al sistema sanitario.

Es por ello, que el diseño de una propuesta de intervención y la correcta aplicación es vital para disminuir esta práctica y acabar de una vez por todas con la normalización de esta conducta que perjudica a todos los involucrados.

A lo largo del documento nos vamos a encontrar en una aproximación teórica del concepto acoso escolar según diversos autores, los tipos de acoso e individuos que existen, algunas señales de alarma respecto al acoso escolar para alertaros a diversas

situaciones.

Posteriormente, se proponen algunas experiencias desde la educación emocional para poder prevenir esta situación.

Y, por último, se presenta una propuesta de intervención en Educación Infantil mediante las emociones como prevención del acoso escolar.

2. OBJETIVOS

En el presente trabajo se pretenden alcanzar los objetivos que ayuden a poder solventar el problema, tanto en las personas implicadas como en la sociedad en general.

Los objetivos que se plantean para este Trabajo de Fin de Grado son los siguientes:

- Reflexionar sobre qué es el acoso escolar y sus consecuencias.
- Analizar los sujetos con mayor vulnerabilidad a sufrirlo.
- Conocer los tipos de cómplices que existen.
- Mostrar tipo de agresiones.
- Designar señales de alarma.
- Desarrollar una propuesta de intervención para prevenir el acoso escolar.
- Prevenir el acoso escolar en un futuro entre iguales desde edades tempranas mediante actividades de educación emocional.
- Fomentar el compañerismo, el trabajo en equipo y el valor la amistad.
- Adquirir habilidades de interacción social como la resolución pacífica de conflictos y la capacidad de expresar emociones.

3. JUSTIFICACIÓN

En la Guía Docente del Trabajo de Fin de Grado (2022), basándose en el Real Decreto 1393/2007, de 29 de octubre, por el que se establece la ordenación de las enseñanzas universitarias oficiales, como en la ORDEN ECI/3854/2007, de 27 de diciembre, por la que se establecen los requisitos para la verificación de los títulos universitarios oficiales que habiliten para el ejercicio de la profesión de Maestro/a en Educación Infantil, propone las siguientes competencias generales necesarias:

1. Fomentar la convivencia en el aula y fuera de ella y abordar la resolución pacífica de conflictos. Saber observar sistemáticamente contextos de aprendizaje y convivencia y saber reflexionar sobre ellos.
2. Reflexionar en grupo sobre la aceptación de normas y el respeto a los demás. Promover la autonomía y la singularidad de cada estudiante como factores de educación de las emociones, los sentimientos y los valores en la primera infancia.
3. Desarrollar habilidades que fomenten al estudiante para el fomento del espíritu de iniciativa y de una actitud de innovación y creatividad en el ejercicio de su profesión.
4. Diseñar y regular espacios de aprendizaje en contextos de diversidad que atiendan a las singulares necesidades educativas de los estudiantes, a la igualdad de género, a la equidad y al respeto a los derechos humanos.

Actualmente el acoso escolar ha aumentado el número de casos en los centros educativos. El acoso escolar es un problema que perdura, y lamentablemente muy extendido en la sociedad. Se caracteriza por conductas violentas, tanto físicas como mentales, hacia individuos que resultan ser débiles. Con la aparición de las redes sociales y, más en general, con el aumento de la presencia en Internet de niños y adolescentes, los problemas de comportamiento como el acoso escolar se han trasladado, extendido y adaptado a este nuevo mundo virtual.

Los estudios realizados agrupando las distintas agresiones para detectar cuántos adolescentes se encuentran en una situación de especial gravedad, reflejan que en dicha situación parece encontrarse en la escuela un 3% de los adolescentes. El porcentaje de los

que se comportan como “matones”, iniciando y dirigiendo la agresión, gira también en torno a un 3%, que se amplía hasta el 8% si se incluyen también los que les siguen y apoyan. Un 6,9% de los estudiantes españoles dice haber sufrido ciberacoso durante los últimos dos meses, según la cifra difundida por Unicef.

Las cifras anteriormente mencionadas de Unicef proceden de Save The Children (2021). Según un estudio titulado “Yo a eso no juego”, un 6,9% de los alumnos reconoció haber sufrido acoso escolar durante los últimos dos meses previos al estudio. Un 3,3% reconoció haber formado parte de los ciber agresores. Encabezan estas cifras las chicas, con una diferencia de poco más del 2% respecto a los chicos (Epdata, 2021).

Unicef también señala Internet como un "altavoz fundamental para la difusión de los delitos de odio". Alude a las cifras de los Estudios de Incidentes de Delitos de Odio Ministerio del Interior, que señalan Internet como la vía por la que más se da el discurso de odio.

Según la Sentencia 112/2016 del Tribunal Constitucional, este se produce al “propiciar o alentar, aunque sea de manera indirecta, una situación de riesgo para las personas o derechos de terceros o para el propio sistema de libertades”. Las cifras revelan que, pese a que los discursos de odio se han reducido en Internet y han tenido un repunte en los medios de comunicación social, las redes sociales son uno de los ámbitos donde más han aumentado.

El acoso escolar y mi propia historia personal vivida, han contribuido a la realización de este trabajo.

4. MARCO TEÓRICO

4.1. APROXIMACIÓN TEÓRICA AL CONCEPTO DE ACOSO ESCOLAR ¿POR QUÉ SE LLEGA A ESTA SITUACIÓN?

La violencia entre iguales ha estado presente en la humanidad desde tiempos antiguos, esto debido a distintas causas, tales como: defender el territorio, darse a respetar o simplemente para intimidar a los demás. El fenómeno del maltrato entre iguales, comenzó a ser estudiado por Dan Olweus a finales de la década de los 70 en su país natal, Noruega, debido al impacto positivo que esto trajo, los estudios relacionados con el acoso escolar se hicieron populares en países como: Dinamarca, Japón y Suecia. Ya a finales de los años 80 los estudios sobre el bullying habían llegado a Estados Unidos y España (León, 2015).

A finales de la década de los 80 Olweus (1989) afirmó lo siguiente:

“Un alumno es agredido o se convierte en víctima cuando está expuesto, de forma repetida y durante un tiempo, a acciones negativas que lleva a cabo otro alumno o varios de ellos. En esta situación se produce también un desequilibrio de fuerzas (una relación de poder asimétrica): el alumno expuesto a las acciones negativas tiene dificultad para defenderse y en cierto modo está desvalido frente a quienes lo hostigan” (p.25).

(Castillo, 2011) definió el bullying como una práctica donde se busca hostigar, acosar e intimidar a uno de sus pares, esto con la finalidad de obtener un beneficio ya sea prestigio o respeto entre los demás.

Hay una fina línea entre maltrato y violencia, por lo que Dato (2017) menciona la diferencia entre maltrato y violencia radica en la frecuencia en la que se realiza este comportamiento, entra en maltrato cuando se realiza una única vez y hay connotación de arrepentimiento o sentimientos de culpa por ese comportamiento; ya cuando se habla de violencia es una decisión y se realiza de manera planificada y premeditada.

Una característica fundamental del bullying es que sus participantes no tienen arrepentimiento ni sentimientos de culpa al realizar actos de violencia, al contrario, sienten poder y respeto consigo mismo por realizar esas prácticas (García y Ascencio, 2015).

Este comportamiento muchas veces es apoyado por el entorno donde se desenvuelve

el niño, ya sea su familia o el entorno social, esto debido a la antigua creencia donde se afirma que la fuerza y la intimidación es un mecanismo de defensa que genera respeto, además, el aprendizaje observacional juega un papel determinante a la hora de continuar con los patrones de agresividad entre los pares (Gomes, 2013).

Se estima que, en el año 2022, 7 de cada 10 niños españoles sufrirán de acoso escolar por parte de sus pares siendo esto una cifra alarmante para la población vulnerada (International bullying sin fronteras, 2021).

Esta cifra va en aumento, ya que en total se calcula que 11229 niños, niñas y adolescentes son acosados no sólo en la escuela, sino de manera cibernética y en otros ámbitos de desarrollo como el transporte público, plazas, sitios de recreación, entre otros (Alastruey et al., 2021).

Esta cifra deja perplejo al personal sanitario y docente, ya que esto da a entender que las acciones tomadas con anterioridad no han brindado los resultados esperados. Se estima que para finales de 2022 esta cifra aumente a unos 15000 casos de bullying reportados, sin tomar en cuenta los que son callados por temor a represalias (International bullying sin fronteras, 2021).

Aunque no hay causas específicas que sean el detonante de este comportamiento, se pueden encontrar diversos motivos y factores determinantes de este comportamiento Arroyebe, (2012) enumera los siguientes factores que pueden desencadenar la conducta de abuso en los victimarios:

- Dinámicas familiares disfuncionales.
- Divorcios mal gestionados.
- Violencia doméstica.
- Agresión verbal, sexual y física.
- Baja autoestima.
- Patrones de comportamientos familiares.

4.2. TIPOS DE ACOSO ESCOLAR

Según Rodríguez et al. (2020) existen distintos tipos y subtipos de acoso escolar, estos se clasifican de acuerdo a distintos criterios, los cuales son los siguientes: atendiendo a la forma, el modo de concretarse a los actores y al medio de propagación.

Atendiendo a la forma: existe el acoso físico, verbal, psicológico y social.

- **Acoso físico:** es un tipo de violencia donde se atenta contra la integridad física de la persona, esto se hace visible ya que pueden quedar marcas como consecuencia de la agresión; las mismas van desde puñetazos, patadas, violencia con arma blanca, empujones, entre otros.

- **Acoso verbal:** esta hace referencia el tipo de violencia donde se arremete al otro mediante insultos, amenazas, comentarios sarcásticos, gritos y palabras que atenten contra la integridad de la víctima. Es común que se utilicen los rasgos físicos, intereses o conductas para atentar contra la persona.

- **Acoso psicológico:** el acoso psicológico es el amalgamiento de distintos comportamientos del agresor, que van desde insultos, actitudes despectivas, amenazas, intimidación, vejaciones, desprecios, insultos, entre otros. Esto trae como consecuencias para la víctima baja autoestima, sentimientos de inferioridad y miedo.

- **Acoso social:** este tipo de violencia ocurre cuando el agresor intenta desacreditar a la víctima en el ámbito social. Las acciones van desde esparcir rumores, especulaciones, difamar y ridiculizar a la víctima. Lo que se busca es anular al individuo en el ámbito social para de esta manera excluirlo y generar en la víctima sentimientos de inferioridad, baja autoestima, entre otros.

Estos tipos de violencia suelen ser comunes en los centros educativos ya que es un recinto donde el control adulto se escapa, por lo que los niños suelen utilizar este tipo de conductas bien sea para encajar en un grupo o para evitar ser víctimas de las mismas; hay que enfatizar que las consecuencias para el niño que sufre de estos tipos de acoso son negativas y van desde disminuir su índice académico, baja autoestima, sentimientos de inferioridad, aislamiento, exclusión social, ansiedad y depresión.

Atendiendo al modo de concentrarse: directo o indirecto.

Para resumir esta modalidad de acoso se tiene que tener en cuenta que muchos de los comportamientos abusivos no son fáciles de detectar, en ciertas ocasiones no solo el agresor es el que efectúa el acto, sino hay participes indirectos de los mismos.

Tabla 1

Acoso directo e indirecto

Acoso directo	Acoso indirecto
Iniciar un rumor.	Propagar el rumor
Realizar una crítica despectiva.	Influir en otros para que critiquen.
Golpear a la víctima.	Realizar llamadas telefónicas anónimas.
Amenazar con un arma blanca.	Compartir información en internet de manera anónima.
Hacer que los demás excluyan a alguien.	Excluir a alguien de manera intencional.
Influir en otros para que compartan esa información.	Compartir información falsa.

Una de las características de estos tipos de acoso, es que se evidencia que las niñas son más propensas a ser víctimas de acoso indirecto, en comparación de los niños, donde el agresor utiliza el acoso físico y verbal para intimidar y ridiculizar a la víctima (Sánchez, 2013).

En este mismo orden de ideas, Rodríguez et al. (2020) hace referencia al bullying donde los actores son: Entre alumnos y profesores. Y, entre alumnos y alumnos.

Atendiendo al modo de concentrarse los actores: se evidencia la violencia horizontal (alumnos entre alumnos), violencia vertical descendente (el docente es el victimario y el alumno es la víctima), y violencia vertical ascendente (los alumnos son los agresores y los docentes son las víctimas):

- **Violencia horizontal:** esta es la que se realiza entre iguales, es decir, de estudiante a estudiante, donde no hay una jerarquización de cargos más allá de la física.

- **Violencia vertical descendente:** es aquella que se lleva a cabo por parte de un docente a un estudiante. Este tipo de violencia va desde, el maltrato físico, insultos,

desprestigios, comparaciones, acoso sexual, ignorar al estudiante a propósito, esparcir rumores entre docentes, entre otros.

- **Violencia vertical ascendente:** es aquella que realizan los estudiantes hacia un docente, este comportamiento va desde esparcir rumores, reírse, mofarse, insultar, interrupción de la clase, interrumpir la clase, agresión física, entre otros.

De igual manera, los mismos autores antes mencionados Rodríguez et al. (2020) hacen mención a los tipos de bullying que depende de su propagación, ya sea el ciberbullying y el grooming prácticas que se han vuelto muy común desde el inicio de la era de redes sociales y correos electrónicos.

Atendiendo al medio de propagación: existe el ciberbullying y grooming.

- **Ciberbullying:** denominado también ciber acoso o acoso cibernético, es el tipo de violencia que se da por elementos electrónicos (móviles, internet, videojuegos online, correo electrónico, entre otros) con el objetivo de, acosar, intimidar o amenazar a la víctima. Esta modalidad se ha hecho más fuerte ya que el anonimato permite a muchos de los victimarios no recibir repercusión alguna por las acciones cometidas. Las acciones van desde postear imágenes comprometedoras o videos de la víctima siendo golpeada, insultada o maltratada, crear perfiles falsos para difamar a la víctima o ridiculizarla, enviar correos electrónicos amenazando e instigando, llamar de manera anónima para insultar e intimidar, hacer público información digital como correos electrónicos, redes sociales, números de teléfono para que la víctima sea acosada, entre otros.

- **El grooming:** este concepto hace referencia al acoso sexual que sufren las menores de edad a través de las redes sociales, esto como consecuencia de una relación con personas adultas. Esta modalidad busca ganar la confianza de las menores de edad para así pedirle favores sexuales.

4.3 INDIVIDUOS IMPLICADOS EN EL ACOSO ESCOLAR

El bullying tiene 3 protagonistas esenciales, los cuales juegan un rol determinante en la conducta de abuso, estos son: la víctima, el victimario y los testigos:

- La víctima: no hay una víctima específica del acoso, debido a que cualquiera puede ser protagonista de este. Es importante señalar que hay diversos factores de riesgo que aumentan la posibilidad de ser víctima de acoso, tales como: grupos étnicos específicos, la religión, estrato social, tener una discapacidad física, conductual o cognitiva (Gairín et al., 2013)
- El victimario: es aquel individuo que ejerce la violencia. Aunque no hay un determinado perfil que pueda describir de manera correcta al agresor, los mismos tienen características propias tales como: falta de empatía, tiende a ser mayor de edad en comparación a la víctima, controlador, agresivo y en ocasiones presenta bajo rendimiento académico (Tresgallo, 2008).
- Los testigos: son un grupo que no se define aún, ya que ellos son los compañeros que colaboran con su silencio o medio a que el acoso siga siendo protagonista. Algunos hacen eco del mismo tomando video de las situaciones, esparciendo rumores, o teniendo actitudes colaboradoras con el acosador (Monelos, 2015).

Es importante señalar que actualmente se ha intentado dividir a este grupo, para dar una definición más amplia, por lo cual se dividen de la siguiente forma: el reforzando de la agresión, es aquel que con insultos y motivación agrede de manera indirecta a la víctima, este puede participar de forma indirecta ya sea grabando o alentando al agresor; el ayudante del agresor, es el que sirve de ayudante al agresor, ya sea intimidando o planificando planes de agresión; defensor de la víctima, es el menos común y es aquel que observa la agresión y decide ayudar a la víctima (Lugones y Ramírez, 2017)

4.4. CONSECUENCIAS QUE TIENE EL ACOSO ESCOLAR

Sufrir y ser el victimario en el círculo de acoso deja marcas y secuelas que pueden ser evidenciadas a lo largo del desarrollo del individuo, muy lejos de la creencia irracional de que sufrir de acoso te hará “más fuerte” las secuelas tienden a atentar con la integridad física, psicológica y personal del individuo. No obstante, el ser el victimario también deja consecuencias en la salud mental del sujeto e incluso el observar actos de abuso también repercute en los espectadores (Cerezo, 2008).

Aunque sea difícil de creer las consecuencias del bullying no solo afectan a la víctima, sino también a todos los involucrados. Tales consecuencias van desde: baja autoestima, pensamientos suicidas y fatalistas, depresión, ansiedad, ataques de pánico, miedo a estar en público, inseguridad, poco manejo emocional, poca tolerancia a la frustración y la lista sigue y sigue (García, 2020).

Es por ello que Ochoa (2013) divide las consecuencias de acuerdo al individuo involucrado:

- La víctima: las consecuencias van desde disminución en su rendimiento escolar, que pueden tener como consecuencia sentimiento de culpa y pensamiento suicidas combinados con baja autoestima, ansiedad y depresión. La comunicación con otros también suele verse afectada por lo que se observa retraimiento social que va acompañado de timidez e introversión.
- El victimario: las consecuencias en su conducta varían de acuerdo a si hay o no intervención por parte de terceros. En caso de no haber, se puede desarrollar trastornos como el trastorno antisocial de la personalidad por lo que desencadena conductas criminales, drogadicción, violencia doméstica y postura egocéntrica.
- Los testigos: al ser observadores de la conducta de acoso, la misma puede ser normalizada y ser vista como algo del día a día, lo que tiene como consecuencia que se distorsione la realidad sobre este comportamiento. El normalizar la violencia genera conductas iguales a las mismas, además, permite que ese comportamiento pueda ser utilizado contra ellos. El ver eso como algo que pasa o algo que los hace más “fuertes”. Este patrón se puede evidenciar en personas que han pasado por situaciones agresivas y justifican estas prácticas normalizando e inclusive, juzgando a los que denuncian como “débiles”.

Según Viscardi (2011), los factores que afectan en los alumnos para desarrollar una conducta agresiva son; El hogar: ausencia de cariño y atención, conductas violentas, exceso de libertad, etcétera; La Escuela: normas muy severas, castigos humillantes, mala supervisión, falta de estrategias de motivación, escasa educación en positivo, etcétera; y, Otros factores sociales (violencia en películas, televisión, videojuegos, entre otros).

4.5. SIGNOS DE DETECCIÓN

Existen numerosas señales de alerta con las que se suele asociar el acoso escolar, es por ello, que los familiares y el personal de los centros educativos deben estar alerta a cualquier cambio cognitivo o comportamental de un estudiante o familiar, para poder intervenir a tiempo en caso de que los mismos estén siendo víctimas de bullying (Cortés, 2014).

4.5.1. SEÑALES EN EL CENTRO EDUCATIVO

Existen signos indicativos para edades más avanzadas como primaria o secundaria, puesto que en infantil los niños son muy indefensos y la mayoría no asocian que lo que les pasa va encaminado a sufrir acoso escolar en el siguiente ciclo educativo. Sin embargo, los niños de Educación infantil sí que se dan cuenta de cuando algo está mal hecho y en muchas ocasiones, acuden a los profesores a quejarse porque un niño o niña les ha pegado, les ha insultado, o incluso los mismos compañeros son los que alarman a los profesores sobre algo que ocurre en el aula, o en el recreo.

Cuando se da la voz de alarma, hay que ser capaces de observar bien la situación para intervenir, sabiendo si lo que está ocurriendo es un caso aislado “cosas de niños”, o en cambio es algo que se está perpetuando y si no se actúa, puede desencadenar un episodio de acoso escolar.

Si hay una cosa que los niños de infantil hacen a la perfección es contarlo todo, por eso no es difícil poder atenuar un problema de esta magnitud en infantil. Aquí reside la clave de nuestro trabajo: intervenir desde infantil, para evitar problemas futuros. El primer paso para la detección es observar bien al alumnado en el aula y sobre todo en el patio del recreo, en el comedor y en general en las zonas o momentos con menor supervisión por parte del adulto.

A continuación, se detallan algunas de las señales más significativas que pueden indicar algún caso de acoso escolar (Bisquerra, 2014):

- El alumno, no quiere participar en ninguna las actividades escolares.
- Es intimidado o molestado.
- Muestra aspecto triste, deprimido, o temeroso, sin ningún motivo aparente.
- Presenta siempre dolores psicósomáticos (dolor de estómago, de cabeza, vómitos...)
- Presenta conductas de evitación.
- A la hora del patio ronda a los maestros en lugar de jugar con los compañeros.
- No quiere salir al patio y prefiere quedarse en clase o encerrarse en el baño.
- No quiere sentarse en un lugar determinado... Esta siempre solo, y es rechazado por sus compañeros.
- Cuando hay que hacer grupos, nunca lo escogen, o lo escogen como última opción.
- No es invitado a fiestas de cumpleaños.
- Expresa inseguridad.
- Cambia su comportamiento en clase y afecta a su rendimiento académico.
- Cuando tiene que hablar en clase delante de los demás, muestra dificultades y da impresión de inseguridad.
- Es llamado por apodos o motes ridiculizados.
- Siempre llega demasiado pronto a clase para ser el primero en llegar, y así no recibir humillaciones.

En los centros educativos es donde se realiza el acoso escolar, ya que la víctima se consigue con el victimario, por lo que los signos y señales se vuelven evidentes para el personal docente, es por ello, que los mismos deben estar atentos a estas señales para establecer los protocolos adecuados para su intervención (Amemiya, et al., 2009). Según (Ferrel et al., 2015) las señales evidentes de que un menor está siendo víctima de acoso son las siguientes:

Es común observar una disminución del rendimiento académico y poca concentración a la hora de realizar las actividades académicas, a su vez, el alumno siempre está en estado de alerta. Una señal clara del abuso es que el alumno llega con el uniforme en mal estado o es víctima de pérdida ya sea de material escolar (libros, lápices, cuadernos) como objetos personales (cazadoras, mochilas, zapatos). El aislamiento de las actividades que antes disfrutaba, además, las víctimas de bullying tienden a sentirse menospreciados por

lo que minimizan la interacciones en clase o en asignaturas específicas. Cabe destacar que se evidencia un miedo irracional a salir al recreo por lo que en ocasiones el alumno se esconde para comer o simplemente se salta la comida (Ferrel et al. 2015).

4.5.2. SEÑALES EN CASA

Los progenitores tienen que estar atentos a algunos signos de alarma, y en el caso de empezar a detectar varios de ellos, sin agobiar al niño con preguntas, ir observándolo y tomar medidas al respecto.

A continuación, se detallan algunas de las señales más significativas que se pueden dar como consecuencia de un episodio de acoso escolar:

- Moratones, cortes o heridas inexplicables.
- Pérdida o rotura de ropa, libros, dispositivos electrónicos o joyas.
- Cuando le preguntan por el colegio, intenta esquivar preguntas.
- Dolores de cabeza o estómago frecuentes para no acudir a clase.
- Cambios en los hábitos alimentarios, como saltarse horarios de comidas o atracarse.
- Llegar de la escuela con mucha hambre todos los días porque no almorzaron.
- Dificultad para conciliar el sueño o pesadillas frecuentes.
- Calificaciones bajas, pérdida de interés en las tareas escolares, o el niño se niega a ir la escuela.
- Pérdida repentina de amigos o deseo de evitar situaciones sociales.
- Sentimientos de impotencia o disminución de la autoestima.
- Comportamiento autodestructivo como escaparse del hogar, autoinfligirse heridas hablar de suicidio.
- Cambia su carácter, está más irascible, se vuelve más introvertido, no cuenta sus problemas, se le ve triste, lo cual no es habitual en él.
- Se pone malo los domingos.
- Señales físicas (moratones, arañazos...)

El ser víctima de acoso escolar genera en el alumno señales de descontento que pueden ser interpretadas, aunque en distintas ocasiones los niños y adolescentes víctimas de bullying intenten disimular la realidad, el cambio de comportamiento e incluso cognitivo que tiene como consecuencia esta práctica es evidente, es por ello que los familiares deben

estar atento a cambios tanto significativos como simples en el comportamiento de los menores. El equipo (ABA, 2020, Anti Bullying Argentina) ha dado una lista de signos y síntomas claros que se pueden evidenciar en el comportamiento diario:

- **Ámbito físico:** síntomas como dolor de tripa, dolor de cabeza, fiebres repentinas; pérdida del apetito; síndrome del “domingo por la tarde” consiste en una serie de comportamientos agresivos e irritantes por la idea de tener que ir a clase al día siguiente, este comportamiento viene acompañado de síntomas psicósomáticos y llantos sin control; objetos personales y escolares rotos; heridas sospechosas en el cuerpo; uniforme roto o en mal estado.
- **Ámbito social:** prefiere estar acompañado de adultos todo el tiempo; aparecen comportamientos de timidez y retraimiento; no suelen ser invitados a actividades por sus compañeros fuera de la institución educativa (fiestas de cumpleaños, compartir, idas al cine, entre otros).
- **Ámbito conductual y emocional:** cambios inexplicables de humor, llantos, angustia, ansiedad, estrés, baja autoestima, distorsión en el autoconcepto, y excesiva preocupación por ir al colegio.

Se ha de tener cierta precaución ante la información transmitida de casos ficticios por parte del niño para encubrir la causa real, como puede ser el apego a su núcleo familiar, puesto que, si al niño se le da una afirmación de lo que le ocurre, muchas veces puede aceptarlo sin que sea cierto. Por eso hay que ofrecerles un contexto de seguridad y confianza, para que sean ellos mismos los que cuenten que les ocurre de manera natural.

A veces, los pequeños no cuentan más cosas, porque consideran que son cosas habituales o porque les da vergüenza; sin embargo, hay que concienciarse que estar sufriendo problemas cada vez que se acude al colegio no es un hecho normal, ya que todos los niños deben de disfrutar de igual forma en el aprendizaje y las actividades que se realicen, sin tener que estar condicionado por ningún compañero o teniendo miedo por no saber que le pasará cada día que vaya al colegio.

4.6. EMOCIONES, INTELIGENCIA Y EDUCACIÓN EMOCIONAL

Bisquerra y Pérez (2013) definen la educación emocional como:

Un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo humano, con objeto de capacitarle para la vida y con la finalidad de aumentar el bienestar personal y social (p.1).

Pero, la educación emocional se compone de diversos componentes que se deben manejar para que de esta manera haya un correcto aprendizaje del proceso emocional.

El concepto de emociones ha variado a lo largo del tiempo, aunque aún no se haya definido como tal, debido a que este constructo es uno de los misterios de la naturaleza humana. Hay distintos conceptos para establecer el significado de las emociones, uno de ellos es el de La Real Academia Española (2019) que define las emociones como “Una alteración del ánimo intensa y pasajera, agradable o penosa, que va acompañada de cierta conmoción somática”.

Aunque este concepto pueda definir exactamente lo que significan las emociones, diversos autores se han dado a la tarea de buscarle significado a ellas, es por ello que (Mora, 2012) define a las emociones como:

La emoción es ese motor que todos llevamos dentro. Una energía codificada en ciertos circuitos neuronales localizados en zonas profundas de nuestro cerebro (en el sistema límbico) que nos mueve y nos empuja “a vivir”, a querer estar vivos en interacción constante con el mundo y con nosotros mismos. Circuitos que, mientras estamos despiertos, se encuentran siempre activos, en alerta, y nos ayudan a distinguir estímulos importantes para nuestra supervivencia (Mora, 2012, p.14).

Por su parte, las emociones juegan un papel determinante en la vida del individuo, cumplen funciones específicas las cuales (Choliz, 2005) enumera como: funciones adaptativas, funciones sociales y funciones motivaciones:

- Funciones adaptativas: quizás una de las funciones principales que tienen las emociones es adaptar al individuo a los diferentes escenarios de la vida. Hace muchos años, las emociones estaban presentes como un proceso de adaptación ante diversos estímulos, tales como: el miedo era la emoción que se presentaba en

caso de estar en una situación peligrosa, por lo cual, está desencadenaba una serie de respuestas nerviosas que decidían si quedarse o huir de la situación; por su parte, el asco era un método de protección hacia cosas que parecían aversivas o peligrosas. De esta manera las emociones funcionan como método de protección y supervivencia y, también, como modelo evolutivo del hombre en su ambiente.

- Funciones sociales: más que las emociones, son las expresiones emocionales las que permiten tener diversas conductas de acuerdo sea el caso, lo cual tienen un gran valor en las relaciones humanas. Destaca varias funciones sociales de las emociones, como son las de facilitar la interacción social, controlar la conducta de los demás, permitir la comunicación de los estados afectivos, o promover la conducta prosocial. Las emociones proporcionan información acerca de los demás, lo que contribuye a la creación de vínculos que se transforman en relaciones que a futuro pueden procrear. Además, las emociones tienen componentes de defensa y confrontación ya sea para defender un territorio o lograr un objetivo.
- Funciones motivacionales: la motivación y las emociones están íntimamente relacionadas, esto debido a que la aparición de una emoción desencadena distintas respuestas que motivan a una conducta específica.

Al conocer las emociones y función se puede hablar de la inteligencia emocional que es “La capacidad de sentir, entender y aplicar eficazmente el poder y la agudeza de las emociones como fuente de energía humana, información, conexión e influencia” (Cooper, 1998, p. 56).

Otro concepto utilizado para definir la inteligencia emocional es el de Goleman (1995) donde menciona que la inteligencia emocional “Es la capacidad para reconocer los sentimientos propios y los de los demás, motivarnos a nosotros mismos, para manejar acertadamente las emociones, tanto en nosotros mismos como en nuestras relaciones humanas” (p. 93).

En función a la inteligencia emocional, se puede dar lo que es la educación emocional, el saber no solo identificar en otros las emociones, sino en nosotros mismos y manejarlas de manera asertiva, teniendo en cuenta a los demás y como las consecuencias de las acciones puede repercutir en otros.

Una buena forma de educar a los alumnos en relación al bullying es fomentando las estrategias basadas en las emociones y el manejo asertivo de las mismas, esto como método de enseñanza y previsión de las conductas de acoso escolar.

4.7. PREVENCIÓN DEL ACOSO DESDE LO EMOCIONAL EN EDUCACIÓN INFANTIL

Las emociones juegan un papel fundamental en el desarrollo del niño, una buena educación emocional no solo permite que el niño reconozca las emociones en otros, sino en él mismo, de tal manera que pueda identificar y manejar de manera asertiva las mismas (Dueñas, 2002)

El desconocimiento de las emociones genera inconvenientes a la hora de elaborar y crear vínculos con los demás, por lo que es necesario el saber identificar las emociones. Es por ello, que se considera la inteligencia emocional como un factor de protección ante las conductas de acoso (Jiménez, 2018).

Ya que la inteligencia emocional brinda las herramientas para poder resolver problemas de manera asertiva, fomentando valores como el respeto, la tolerancia y la empatía. La implementación de intervenciones basadas en la inteligencia emocional enseña a los niños a identificar las situaciones de acoso y las emociones que estas generan, a su vez, el buscar correctas soluciones ante las situaciones de bullying (Quispe, 2021).

(Cerezo, 2015) menciona:

La educación emocional es otra de las formas más útiles de prevención primaria ante los problemas de convivencia; todas las acciones deben ir siempre encaminadas a crear un clima positivo; por este motivo, la educación emocional se convierte en un aspecto imprescindible para afrontar problemas de relación y de conflictos interpersonales, algo fundamental si tenemos en cuenta que este tipo de situaciones tienen un elevado componente de conflicto emocional subyacente (p. 23).

Es por ello que los centros educativos deben fomentar el aprendizaje y manejo asertivo de las emociones, esto con el fin de crear un entorno amable y positivo para el esparcimiento y desarrollo de las habilidades individuales. Es importante señalar, que el desarrollo correcto de las emociones no solo disminuirá significativamente las cifras de

acoso escolar, sino, preparará a los alumnos para los conflictos que se puedan presentar en la vida adulta.

4.8. EXPERIENCIAS REALES PARA PREVENIR EL ACOSO ESCOLAR

La intervención diseñada por Alonso (2018) trata un plan de acción para disminuir la conducta en alumnos de primaria, esto con el objetivo de concientizar no solo a los estudiantes, sino a los padres sobre esta problemática.

El objetivo principal de esta intervención es el involucrar a los padres en la identificación de las señales de abuso que puedan exponer sus hijos, de esta manera esta problemática no se queda en silencio y se pueden tomar las acciones correspondientes. El hecho de involucrar a los padres es una idea innovadora, ya que se menos precia la participación de ellos en la prevención del bullying.

Por su parte, el gobierno español con la ayuda de la Asociación Española para la Prevención del Acoso Escolar (2020), ha elaborado distintas actividades basadas en las necesidades de los estudiantes, donde se les brindan herramientas a las instituciones escolares para prevenir y tratar el bullying, esto como parte de un plan nacional para disminuir el número de víctima (AEPAE, 2020).

Actualmente este plan se encuentra en todo el territorio español, obteniendo una excelente recepción por parte de las intuiciones educativas, docentes, alumnos y familiares. Las actividades se dividen en cursos para padres, curso para agresores y curso para víctimas, atendiendo de esta manera a todos los involucrados en este tipo de agresión.

Bisquerra (2014) presenta una obra de teatro acompañada de una guía didáctica que sirve como estrategia para prevenir el acoso escolar y la violencia en general. Además, se aportan reflexiones, estrategias, técnicas y actividades para la prevención. También se presentan instrumentos de evaluación que permiten conocer las situaciones de acoso escolar en los centros educativos y evaluar cómo se puede cambiar a través de la intervención preventiva.

De esta manera podremos prevenir situaciones de acoso escolar como los ejemplos de Jokin Ceberio, y Drayke Hardman (Ver, anexo 1)

5. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

5.1. JUSTIFICACIÓN

El acoso escolar o también conocido como bullying es una práctica que involucra las emociones de todas las partes que participan en esta acción, es por ello, que uno de los métodos más efectivos para disminuir este comportamiento sea la intervención en relación a las emociones. Es una problemática que se viene evidenciando desde hace muchos años, pero no fue hasta principio de este siglo donde se empezó a ver como un problema que afectaba de manera emocional a los que lo sufrían. Se empezó a estudiar de manera científica a mediados a finales del siglo XX, evidenciando que no solo las víctimas eran afectadas, antes de estos estudios se normalizaba e incluso se apoyaba el hecho de que los estudiantes sufrieran de bullying o fueran los agresores, todo con el pretexto de que eso haría ciudadanos más “fuertes”.

Esta afirmación estaba completa y alejada de la realidad, esta práctica generaba pensamientos negativos sobre la persona a tal punto de terminar con la vida de la víctima. Es por ello, que en la actualidad se ha unido fuerza para acabar de una vez por todas con esta práctica, dejando de normalizar este comportamiento.

Por ello la propuesta que se presenta, pretende favorecer las habilidades sociales mediante las emociones, aumentando así el autoconcepto que tienen sobre ellos mismos y fomentando también la autoestima.

5.2 CONTEXTO/DESTINATARIOS

El centro educativo donde he realizado las intervenciones es en el colegio Antonio Allúe Morer situado en la ciudad de Valladolid, en el barrio de las Delicias, en el aula de tercero de infantil (5 años), son 13 alumnos, pero habitualmente solo suelen ir 9 niño/as aproximadamente, debido al nivel socioeconómico bajo de las familias por lo que hay absentismo en el centro educativo.

5.3. OBJETIVOS

A continuación, se hará referencia a los objetivos específicos de las sesiones que se muestran en apartados siguientes, dentro de cada una de las sesiones:

- Concienciar a los niños sobre el significado del acoso escolar y sus consecuencias.
- Reflexionar sobre la igualdad entre los compañeros.
- Aumentar la autoestima y la autoimagen.
- Fomentar el compañerismo.
- Favorecer habilidades sociales.
- Fomentar la empatía.
- Aprender a identificar las emociones.
- Generar emociones positivas.
- Enseñar a los niños a respetarse.
- Promover el correcto manejo de las emociones.
- Solucionar conflictos.
- Trabajar en equipo.
- Saber desarrollar emociones de manera liberal.
- Conocerse y valorarse.

5.4. CONTENIDOS

Conocimiento en sí mismo y autonomía personal.

- Aceptación y valoración ajustada y positiva de sí mismo y de las posibilidades y limitaciones propias.
- Tolerancia y respeto por las características, peculiaridades físicas y diferencias de los otros, con actitudes no discriminatorias.
- Identificación, manifestación y control de las diferentes necesidades básicas del cuerpo y confianza en sus capacidades para lograr su correcta satisfacción.
- Valoración adecuada de sus posibilidades para resolver distintas situaciones y solicitud de ayuda cuando reconoce sus limitaciones.

En cuanto a sentimientos y emociones:

- Identificación y expresión equilibrada de sentimientos, emociones, vivencias referencias e intereses propios en distintas situaciones y actividades.
- Identificación de los sentimientos y emociones de los demás y actitud de

escucha y respeto hacia ellos.

- Descubrimiento del valor de la amistad.
- Participación y disfrute con los acontecimientos importantes de su vida y con las celebraciones propias y las de los compañeros.
- Desarrollo de habilidades favorables para la interacción social y para el establecimiento de relaciones de afecto con las personas.

Conocimiento del entorno.

- Interés por los acontecimientos y fiestas que se celebran en su localidad y por participar activamente en ellos.
- Curiosidad por conocer otras formas de vida social y costumbres del entorno, respetando y valorando la diversidad.
- Disposición favorable para entablar relaciones tolerantes, respetuosas y afectivas con niños y niñas de otras culturas.
- Reconocimiento de costumbres y señas de identidad asociadas a la cultura de los países donde se habla la lengua extranjera.

Lenguaje: comunicación y representación

- Expresión y comunicación, a través de producciones plásticas variadas, de hechos, vivencias, situaciones, emociones, sentimientos y fantasías.

5.5. METODOLOGÍA

“Los principios metodológicos facilitan información y criterios para que el equipo educativo pueda actuar, proponer y llevar a la práctica actividades educativas. Son principios abiertos que pueden ser concretados por diversos métodos” (Muñoz y Zaragoza, 2008, p.30).

Según Muñoz y Zaragoza (2008), los principios pedagógicos que dan sentido a la práctica docente están apoyados en una perspectiva cognitiva y una concepción del aprendizaje que consideramos adecuada para nuestro alumnado, teniendo en cuenta sus rasgos evolutivos en cada momento y respetando así el nivel de desarrollo cognitivo, motor y socio-afectivo de cada uno de los niños y niñas.

Teniendo en cuenta estos niveles de desarrollo, el proceso de enseñanza-aprendizaje debe cumplir los siguientes requisitos:

- Partir del nivel de desarrollo de cada niño y niña, de sus características y necesidades

personales, de los intereses individuales y de los distintos estilos cognitivos, respondiendo así al principio de individualidad.

- Asegurar la construcción de aprendizaje significativo a través de la utilización de sus conocimientos previos y situaciones de aprendizaje basadas en la propia experiencia, proponiendo actividades de manipulación, experimentación e investigación, y fomentando el descubrimiento a través del juego y del movimiento.
- Posibilitar que los niños y niñas realicen aprendizajes significativos por sí solos, creando un clima de afecto positivo, en el que se sientan seguros para poder expresarse, investigar, plantear dudas o pedir ayuda.
- Programar actividades adecuadas al nivel y a las características de todos y cada uno de los alumnos y alumnas, favoreciendo la formación de un autoconcepto positivo y potenciando la autoestima.
- Procurar equilibrar la realización de actividades nuevas y variadas, que mantengan el interés y la curiosidad, con otras más rutinarias -las rutinas-, indispensables en esta etapa.
- Potenciar el trabajo cooperativo planteando actividades que posibiliten la interacción entre iguales.

Los principios metodológicos sirven para organizar los contenidos y las actividades más adecuadas y así poder guiar a los niños en sus aprendizajes.

5.6. TEMPORALIZACIÓN

La duración de esta propuesta didáctica será de 3 semanas empezarán el 25/04/2022, en las cuales las sesiones se desarrollarán en 3 días por semana, y terminarán el 19/05/2022, y las sesiones durarán 30 minutos o 40 minutos aproximadamente.

TABLA 2

Actividad	Día
El ratoncito valiente	25/04/2022 (30 minutos)
Dibuja un compañero	26/04/2022 (40 minutos)
El dado de las emociones	29/04/2022 (30 minutos)
Espejo mágico.	5/05/2022 (20 minutos)
Ponerse en los zapatos de un adulto.	10/05/2022 (40 minutos)
Música y emociones.	12/05/2022 (30 minutos)
La llama del enfado.	17/05/2022 (30 minutos)
Cuento de la tortuga.	18/05/2022 (20 minutos)
Soy tu	19/05/2022 (30 minutos)

5.7. DISEÑO Y DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES

➤ TÍTULO DE LA SESIÓN 1:

El ratoncito valiente.

➤ INTRODUCCIÓN:

Para iniciar la propuesta se les pone a los niños un cuento en la pizarra digital sobre el Bullying para concienciarles sobre qué es el acoso escolar.

VÍDEO: Cuentos Infantiles: Al ratoncillo Diminuto le hacen bullying [En español]

➤ OBJETIVOS:

- Concienciar a los niños sobre el significado del acoso escolar.
- Reflexionar sobre las diferencias de sus compañeros.
- Respetar las diferencias.

➤ CONTENIDOS:

- Tolerancia y respeto por las características, peculiaridades físicas y diferencias de los otros, con actitudes no discriminatorias.
- Identificación y expresión equilibrada de sentimientos, emociones, vivencias preferencias e intereses propios en distintas situaciones y actividades.
- Identificación de los sentimientos y emociones de los demás y actitud de escucha y respeto hacia ellos.

➤ TEMPORALIZACIÓN:

30 minutos.

➤ DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:

De manera grupal (8 niños) los niños se sientan frente a la pizarra digital para que visualicen el cortometraje del cuento que trata sobre un ratón que es más pequeño que todos sus compañeros y tiene las orejas muy grandes, por lo que se burlaban de él, hasta que el ratoncito habló con su mamá y se preparó una redacción para presentarla en la clase. Una vez finalizado, hablaremos con los niños sobre qué han observado y qué les ha parecido el cuento, después les haremos las siguientes preguntas:

- ¿Cómo pensáis que se siente el ratoncito cuando le hacen cosas feas?

- ¿Qué os gusta más a que os digan cosas feas o bonitas?
- ¿Vosotros decís más cosas feas o bonitas?
- ¿Somos todos iguales a pesar de nuestras diferencias?

➤ **EVALUACIÓN:**

- Se analiza y se resuelven situaciones conflictivas que puedan suceder entre compañeros, con actitudes tolerantes y conciliadoras.
- Mostrar actitudes de ayuda y colaboración, cuando a un compañero le hacen daño decírselo al profesor o profesora.
- Respetar y aceptar las características de los demás sin discriminación.

➤ **RECURSOS:**

Materiales: ordenador, y Pizarra Digital Interactiva.

Personales: docente principal y docente de apoyo.

Espaciales: aula.

Enlace del vídeo: <https://www.youtube.com/watch?v=t1au6NRJqKA>

➤ **OBSERVACIONES:**

- Respecto a la pregunta de qué siente el ratoncito cuando le dicen cosas feas, la mayoría respondió que piensan que se siente mal y triste, porque las cosas feas hacen mucho daño. Una de las niñas respondió que no le gustó que le dijeran cosas feas al ratoncito, porque es muy cariñosa y no querría que a ella la dijeran cosas feas porque ella no las dice.
- En cuanto a la pregunta de si les gusta más que les digan cosas feas o bonitas, todos respondieron que cosas bonitas porque les pone contentos, y si les dijeran cosas feas se pondrían tristes y no les gusta estar tristes.
- Acerca de la pregunta si ellos dicen más cosas feas que bonitas, todos respondieron que bonitas porque les pone muy contentos decir algo bonito y que otro niño se ponga contento por ello.
- Sobre la pregunta de si todos somos iguales a pesar de nuestras diferencias, al principio no la entendieron muy bien, por lo que todos respondieron que no todos somos iguales, pero luego les expliqué que todos tenemos diferencias, unos somos altos, otros bajos, más fuertes, más delgados, pero a pesar de ello todos tenemos corazón y

sentimientos. Algunos niños siguieron respondiendo que no somos iguales, otros dijeron que somos iguales porque todos tenemos sentimientos y por dentro todos sentimos tristeza, alegría...

➤ **TITULO DE LA SESIÓN 2:**

Dibuja a tu compañero.

➤ **INTRODUCCIÓN:**

Esta actividad consiste en esconder en una bolsa tarjetas donde ponen los nombres de los niños, después saldrán uno a uno y les diremos: gallinita, gallinita, ¿Qué se te ha perdido? Por lo que ellos responden: "Un amiguito o una amiguita" Sacarán la tarjeta y leerán el nombre del compañero que les ha tocado dibujar.

➤ **OBJETIVOS:**

- Aumentar la autoestima.
- Fomentar el compañerismo.
- Favorecer habilidades sociales.

➤ **CONTENIDOS:**

- Tolerancia y respeto por las características, peculiaridades físicas y diferencias de los otros, con actitudes no discriminatorias.
- Identificación y expresión equilibrada de sentimientos, emociones, vivencias referencias e intereses propios en distintas situaciones y actividades.
- Identificación de los sentimientos y emociones de los demás y actitud de escucha y respeto hacia ellos.
- Descubrimiento del valor de la amistad.
- Desarrollo de habilidades favorables para la interacción social y para el establecimiento de relaciones de afecto con las personas.
- Expresión y comunicación, a través de producciones plásticas variadas, de hechos, vivencias, situaciones, emociones, sentimientos y fantasías.

➤ **TEMPORALIZACIÓN:**

40 minutos.

➤ **DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:**

Posteriormente, cuando todos hayan dibujado a sus respectivos compañeros

tanto la cara como el cuerpo, saldrán a la pizarra uno a uno y comentarán algo que les guste mucho de su aspecto físico (pelo, ojos, sonrisa, boca...), de su forma de ser (cariñoso, simpático...) y algo que no les guste mucho (colarse en la cola, no compartir juguetes...) para que así no lo vuelvan hacer.

➤ **EVALUACIÓN:**

- Mostrar actitudes de ayuda y colaboración
- Respetar y aceptar las características de los demás sin discriminación
- Dibujar escenas con significado y describir el contenido.

➤ **RECURSOS:**

Materiales: lápices, pinturas y folios.

Personales: docente principal y docente de apoyo.

Espaciales: aula.

➤ **OBSERVACIONES:**

La respuesta de los niños sobre qué les gusta de su aspecto físico han sido las siguientes: los ojos, el chándal, los zapatos, la sonrisa, el caminar, la mascarilla, la coleta, el pelo, y el jersey.

Las respuestas de qué les gusta de la forma de ser han sido las siguientes: que compartan juntas, que le quiere mucho, y la respuesta de la mayoría de los niños han sido que le gusta todo de su compañero.

Por último, las respuestas de qué es lo que menos les gusta fueron las siguientes: que se cuele en las colas, que le quiten las pinturas o el lápiz, y que le empuje.

Son unos alumnos que tienen una buena relación entre todos, por lo que cuando hablamos de lo que menos les gusta entre ellos se pidieron perdón, y dijeron que no lo volverían hacer.

➤ **TITULO DE LA SESIÓN 3:**

El dado de las emociones.

➤ **INTRODUCCIÓN:**

De manera grupal, sentaremos a los niños en círculo, y les haremos las siguientes preguntas:

¿Sabéis que son las emociones?

¿Cuál es la emoción que más os gusta? ¿Por qué?
¿Cuándo sentís alegría? ¿Tristeza? ¿Enfado?

➤ **OBJETIVOS:**

- Fomentar la empatía.
- Conocer las emociones.
- Aprender a manifestar bien las emociones.

➤ **CONTENIDOS:**

- Identificación y expresión equilibrada de sentimientos, emociones, vivencias referencias e intereses propios en distintas situaciones y actividades.
- Identificación de los sentimientos y emociones de los demás y actitud de escucha y respeto hacia ellos.
- Expresión y comunicación, a través de producciones plásticas variadas, de hechos, vivencias, situaciones, emociones, sentimientos y fantasías.

➤ **TEMPORALIZACIÓN:**

30 minutos.

➤ **DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:**

Una vez hayan contestado a todas las preguntas, cerrarán los ojos para lanzar el dado, contarán hasta 5, y cuando los abran, verán una cara de una emoción y les preguntaremos qué emoción ha salido, e imitarán la cara de la misma.

➤ **EVALUACIÓN:**

- Mostrar actitudes de ayuda y colaboración.

➤ **RECURSOS:**

Materiales: El dado.

Personales: docente principal y docente de apoyo.

Espaciales: aula.

➤ **OBSERVACIONES:**

A la pregunta de si saben qué son las emociones, una de las respuestas que más se acercaba al significado fue la siguiente: un sentimiento que tiene la persona hacia algo o alguien.

Cuando preguntamos qué emoción era la que más les gustaba y porqué las respuestas fueron las siguientes:

- Sorpresa, porque le hacen un regalo y eso le gusta.
- Felicidad, porque le gusta mucho reír con sus amigos.
- Alegría, porque estar con su hermanita le encanta.

Las respuestas a cuándo sienten felicidad, enfado, tristeza o miedo fueron las siguientes:

FELICIDAD:

- *Cuando se vaya a otra casa con piscina.*
- *Cuando su mamá viene a buscarle con el perro.*
- *Cuando duerme porque descansa mucho.*

ENFADO:

- *Cuando pierde a un juego de mesa.*
- *Cuando le estropean algo que le gusta mucho.*
- *Cuando no consigue algo.*

TRISTEZA:

- *Porque se quería ir con su mamá*
- *Cuando mamá no la compra una muñeca.*
- *Cuando le dieron un golpe sin querer.*
- *Cuando le tiran de los pelos los niños mayores.*

MIEDO:

- *Cuando tiene pesadillas.*
- *Cuando su mamá no duerme con él.*
- *Cuando se despertó y no vio a su mamá porque estaba tirando la basura.*
- *La oscuridad.*

➤ **TITULO DE LA SESIÓN 4:**

Espejo mágico.

➤ **INTRODUCCIÓN:**

Esta actividad se realiza de manera individual.

El juego del espejo, es un juego educativo pensado para observar el tipo de concepto que tienen los niños sobre sí mismos: muchas veces, la formación de la autoestima de los niños se ve condicionada por variables que, a menudo, no tenemos en cuenta.

Por ejemplo:

Vivencias personales de los niños

Falsas creencias respecto de algo.

Burlas.

Sentimientos de inferioridad en relación con algo específico.

➤ **OBJETIVOS:**

- Desarrollar el autoconcepto y autoestima sana.
- Enseñar a los niños a quererse y valorarse.

➤ **CONTENIDOS:**

- Aceptación y valoración ajustada y positiva de sí mismo y de las posibilidades y limitaciones propias.
- Identificación y expresión equilibrada de sentimientos, emociones, vivencias referencias e intereses propios en distintas situaciones y actividades.

➤ **TEMPORALIZACIÓN:**

45 minutos.

➤ **DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:**

Primero preguntaré uno a uno quién creen que es la persona más importante del mundo para ellos, cuando hayan respondido todos, les explicaré que dentro de la caja que tengo en mis manos dentro hay una foto de la persona más importante del mundo, cuando la vean no podrán decir nada a nadie hasta que no lo hayan visto todos, observaremos bien las caras que ponen al ver lo que hay dentro de la caja.

Después les preguntaré de uno en uno:

¿Habéis visto quién es realmente la persona más importante del mundo para

vosotros?

¿Qué es lo que más os gusta de vosotros? ¿Lo que menos?

¿Creéis que el niño que había en ese espejo es guapo?

¿Cómo os gustaría que os recordaran vuestros compañeros si os fuerais del colegio?

EVALUACIÓN:

- Reconocer los sentidos e identificar las distintas sensaciones y percepciones que puede experimentar con ellos.
- Describir sus características personales atendiendo a los rasgos físicos.
- Respetar y aceptar las características de los demás sin discriminación.

➤ **RECURSOS:**

Materiales: Una caja con un espejo dentro.

Personales: docente principal y docente de apoyo.

Espaciales: aula.

➤ **OBSERVACIONES:**

1. Cuando hice la pregunta de quién creen que es la persona más importante del mundo, las respuestas fueron las siguientes:

Mi abuela, mi abuelo (dos respuestas).

Mi mama y mi papa (dos respuestas).

Mi hermana o hermano (tres respuestas).

2. Al mostrarles lo que había dentro de la caja (espejo) las caras fueron de desconcierto, y sorprendidos.

3. Después de observar que había dentro de la caja les volví a preguntar quién era la persona más importante del mundo, solo cuatro respondieron N nosotros mismos, los otros tres seguían sin entender.

4. Al preguntar si hay algo que no les gusta de ellos mismos primero no sabían bien que contestar, después dijeron todos que les gusta todo de ellos y que no cambiarían nada de ellos, excepto un niño que dijo que no es guapo, pero que tampoco cambiaría nada de él mismo.

5. A la pregunta de cómo les gustaría que le recuerden sus compañeros si se cambiase de colegio, contestaron:

Como un buen amigo.

Que la extrañasen.

Que la echen mucho de menos.

Que la recuerden con cariño y amor

Que le quieran mucho.

➤ **TITULO DE LA SESIÓN 5:**

Ponerse en los zapatos de un adulto.

➤ **INTRODUCCIÓN:**

Esta actividad se realizará de manera individual.

Preparamos un circuito. El circuito será de la siguiente forma: aros grandes donde tendrán que saltar, aros pequeños donde tendrán que saltar a la pata coja, y conos donde andarán en zigzag.

Sentaremos a los niños en un banco, les preguntaremos si saben qué es la empatía y hablar un poco sobre ello.

Luego les pediremos que se quiten los zapatos. Tendremos preparados diferentes tipos de calzado de diferentes tallas (zapatos muy grandes, otros muy pequeños, dos zapatos del mismo pie o uno de cada talla, de al revés, etc.)

➤ **OBJETIVOS:**

- Desarrollar la empatía, capacidad de ponerse en el lugar del otro.
- Fomentar la capacidad de reconocer las emociones ajenas.
- Favorecer el desarrollo de la inteligencia emocional y las habilidades sociales.

➤ **CONTENIDOS:**

- Identificación, manifestación y control de las diferentes necesidades básicas del cuerpo y confianza en sus capacidades para lograr su correcta satisfacción.
- Valoración adecuada de sus posibilidades para resolver distintas situaciones y solicitud de ayuda cuando reconoce sus limitaciones.
- Expresión y comunicación, a través de producciones plásticas variadas, de hechos, vivencias, situaciones, emociones, sentimientos y fantasías.

➤ **TEMPORALIZACIÓN:**

45 minutos.

➤ **DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:**

Cuando terminen el circuito que lo harán de uno en uno, se volverán a sentar en el banco, y les preguntaremos que han sentido al hacer el circuito sin sus zapatos, si han entendido lo que es la empatía.

Por último, les explicaremos que muchas veces juzgamos a los demás sin entender la dificultad que está teniendo y la importancia de comprender a los compañeros cuando algo les está costando mucho, porque no nos hemos puesto en sus zapatos.

➤ **EVALUACIÓN:**

- Aceptar y respetar las reglas del juego establecidas para cada situación.
- Participar con gusto en los distintos tipos de juegos y regular su comportamiento y emoción a la acción.
- Confiar en sus posibilidades para realizar las tareas encomendadas, aceptar las pequeñas frustraciones y mostrar interés y confianza por superarse.

➤ **RECURSOS:**

Materiales: aros de gimnasia, zapatos, conos.

Personales: docente principal y docente de apoyo.

Espaciales: aula de gimnasio.

➤ **OBSERVACIONES:**

Al preguntar si saben qué es la empatía, nadie sabía lo que era, por lo que la profesora y yo les explicamos lo que es mediante ejemplos los cuales eran: si a un compañero le cuesta mucho hacer una ficha y otro lo está viendo y se pone a ayudarlo porque a él le cuesta menos, eso es a lo que llamamos empatía ya que se está poniendo en el lugar del otro.

Después de realizar el circuito, cuando les volvimos a preguntar si han comprendido lo que es la empatía al principio dijeron la mayoría que la empatía era saltar. Algunos dijeron que era estar triste porque nos da pena nuestro compañero.

A la pregunta de qué han sentido al hacer el circuito con unos zapatos que no eran los suyos, todos respondieron que se han sentido mal porque les quedaban grandes o pequeños y querían sus zapatos.

Por lo que, al final, entendieron que no podemos juzgar a los demás sin

ponernos en sus zapatos.

➤ **TITULO DE LA SESIÓN 6:**

Música y emociones.

➤ **INTRODUCCIÓN:**

Esta actividad se realizará de manera individual, poniendo diferentes tipos de música.

➤ **OBJETIVOS:**

- Generar emociones positivas.
- Aprender a desarrollar y gestionar emociones de manera libre.

➤ **CONTENIDOS:**

- Identificación y expresión equilibrada de sentimientos, emociones, vivencias referencias e intereses propios en distintas situaciones y actividades.
- Identificación de los sentimientos y emociones de los demás y actitud de escucha y respeto hacia ellos.

➤ **TEMPORALIZACIÓN:**

20 minutos.

➤ **DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:**

Le pondremos distintos tipos de música a los niños para que estos dibujen las emociones que llegan a sentir al escuchar esa música. Al terminar de dibujar los niños deberán explicar qué sintieron y el por qué dibujaron eso.

➤ **EVALUACIÓN:**

- Reconocer los sentidos e identificar las distintas sensaciones y percepciones que puede experimentar con ellos.
- Describir sus características personales atendiendo a los rasgos físicos.
- Respetar y aceptar las características de los demás sin discriminación.

➤ **RECURSOS:**

Materiales: La pizarra digital.

Personales: docente principal y docente de apoyo.

Espaciales: aula.

➤ **OBSERVACIONES:**

En el tipo de música triste los niños contestaron lo siguiente al porqué de sus dibujos:

- *Una puerta con muchos ojos y lágrimas, porque la canción es triste.*
- *Un corazón y una nave que lo lleva al cielo, porque la canción era triste.*
- *Un arco iris, porque la canción era triste y así le hacía feliz el arco iris porque le gustan mucho.*
- *Un corazón y un arco iris, para que estén juntos y contentos, ya que la canción era triste y quería estar contenta.*
- *Un arco iris, porque le gustan, pero no ha entendido si la canción es triste o alegre.*
- *Una niña triste, porque la han dejado sola.*

En el tipo de música alegre los niños contestaron:

- *Una A de Adrián con muchos corazones, porque es su mejor amigo y le hace muy feliz como la canción.*
- *A su perra con las patas arriba porque está contenta de estar con ella, y la niña esta alegre de estar con la perra.*
- *A un bebe y una cuna, porque le encantan los bebés y le hacen feliz como la canción.*
- *Un arco iris con sus dos mejores amigos, porque le hace muy feliz estar con ellos.*
- *Muchos corazones, y una A de Angelina porque es su mejor amiga y la hace muy feliz como la canción.*

➤ **TITULO DE LA SESIÓN 7:**

La llama del enfado.

➤ **INTRODUCCIÓN:**

Esta actividad se realizará de manera grupal.

Esta técnica es una dinámica educativa que tiene como objetivo aprender a reconocer los signos del enfado, ser capaces de comprender las dinámicas

del enfado y desarrollar estrategias que nos permitan controlarlo.

Les pregunté si saben lo que es el enfado, y qué hacen cuando se enfadan.

➤ **OBJETIVOS:**

- Solucionar conflictos.
- Gestionar la frustración.
- Trabajar en equipo.

➤ **CONTENIDOS:**

- Valoración adecuada de sus posibilidades para resolver distintas situaciones y solicitud de ayuda cuando reconoce sus limitaciones.
- Expresión y comunicación, a través de producciones plásticas variadas, de hechos, vivencias, situaciones, emociones, sentimientos y fantasías.

➤ **TEMPORALIZACIÓN:**

30 minutos.

➤ **DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:**

Les explicaremos a los niños y niñas lo siguiente: “El enfado es una emoción normal y natural, todos alguna vez nos hemos enfadado cuando nos hemos molestado con algo. No pasa por estar enfadados, pero debemos tener cuidado con nuestro enfado ya que el enfado es como una llama de fuego. Cuando el enfado crece la llama se extiende, si se extiende hacía fuera quema a las personas que están cerca, y en cambio si la llama se extiende por dentro nos quema a nosotros. Entonces ¿qué podemos hacer con el enfado, si dentro nos hace daño y fuera daña a los demás? La solución consiste en aprender a apagar la llama.”

Una vez explicado esto, les enseñaremos a los niños en tarjetas situaciones de enfado, las cuales deben pegar en la cartulina para que la vela se encienda. Por ejemplo: cuando me regañan, cuando algo no me sale bien, cuando pierdo algo, cuando pierdo a un juego, cuando alguien no me deja sus juguetes, cuando me quitan mis juguetes, etc... les explicaremos cada una de las situaciones a los niños.

Una vez que se llene la vela con las tarjetas de enfado ¿Cómo apagamos la vela?

Vamos a seguir unas instrucciones, es muy importante que prestéis atención y que os acordéis de estas instrucciones cuando estéis enfadados.

1. Me quedo quieto.
2. Cierro los ojos.
3. Cuento hasta 10.
4. Soplo y soplo la llama, soplo para apagar la llama del enfado, soplo suavemente para apagarla poco a poco sin quemarme.
5. Cuento las veces que soplo despacio y si sigo enfadado repito.

Es muy importante soplar mientras les explicamos las instrucciones, al soplar vamos despegando las cosas que me enfadan de la llama, para así apagar la llama del enfado.

➤ **EVALUACIÓN:**

- Reconocer los sentidos e identificar las distintas sensaciones y percepciones que puede experimentar con ellos.
- Describir sus características personales atendiendo a los rasgos físicos.
- Respetar y aceptar las características de los demás sin discriminación.

➤ **RECURSOS:**

Materiales: cartulina grande y tarjetas con situaciones de enfado.

Personales: docente principal y docente de apoyo.

Espaciales: aula.

➤ **OBSERVACIONES:**

Sobre la pregunta de si saben lo que es el enfado, las respuestas fueron:

- *Sentir fuego por el cuerpo.*
- *Tener mucha hambre.*

- *Discutir con amigos.*

A la pregunta de qué hacen cuando se enfadan las respuestas fueron:

- *Cruzarme de brazos y no jugar.*
- *Dar golpes a la pared.*

Luego les pregunté que cuál era la tarjeta que menos les gustaba para que la fueran poniendo en la cartulina y así la vela “se encendiera” debido a las situaciones.

Cuando llenamos la vela de tarjetas, cerramos todos los ojos, respiramos hondo, y contamos hasta 10, retirando poco a poco todas las tarjetas, así observaron como la vela se apagaba, y lo repetimos varias veces ya que les gustó bastante esta actividad.

➤ **TITULO DE LA SESIÓN 8:**

Cuento de la tortuga. (*Anexo 2*)

➤ **INTRODUCCIÓN:**

De manera grupal sentaremos a los niños en frente de la pizarra digital, y les pondremos el cuento de la tortuga en esta.

➤ **OBJETIVOS:**

- Saber desarrollar emociones de manera liberal.
- Aprender a gestionar emociones.

➤ **CONTENIDOS:**

- Identificación y expresión equilibrada de sentimientos, emociones, vivencias referencias e intereses propios en distintas situaciones y actividades.
- Desarrollo de habilidades favorables para la interacción social y para el establecimiento de relaciones de afecto con las personas.

➤ **TEMPORALIZACIÓN:**

20 minutos.

➤ **DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:**

Al finalizar el cuento, les haremos preguntas.

¿Qué tenemos que hacer cuando nos enfadamos?

¿Está bien enfadarse sin ninguna razón?

¿Os gusta estar enfadados y sentirnos mal?

➤ **EVALUACIÓN:**

- Reconocer los sentidos e identificar las distintas sensaciones y percepciones que puede experimentar con ellos.
- Respetar y aceptar las características de los demás sin discriminación.

➤ **RECURSOS:**

Materiales: La pizarra digital.

Personales: docente principal y docente de apoyo.

Espaciales: aula.

Enlace del vídeo: <https://youtu.be/BdOWNd5KtLk>

➤ **OBSERVACIONES:**

A la pregunta ¿Qué tenemos que hacer cuando nos enfadamos? Las respuestas fueron:

- *Pararnos y contar hasta 10.*
- *Pensar las cosas antes de reaccionar.*
- *No pegar.*
- *No contestar mal a mis compañeros.*

Respecto a estas dos preguntas, ¿Está bien enfadarse sin ninguna razón?

¿Os gusta estar enfadados y sentirnos mal? Todos respondieron: *no*.

Finalmente, hicimos una dramatización de situaciones para observar si lo habían entendido, una de ellas fue la siguiente:

Una niña jugando a la pelota, llegó un niño le dio una patada al balón fuerte y la pelota se fue bastante lejos, la niña le fue a gritar, pero se quedó quieta contó hasta diez, y le preguntó ¿Por qué me tiras la pelota? A lo que el niño respondió porque quiero jugar contigo ¿Puedo?, y la niña respondió, claro que sí, pero no me vuelvas a tirar la pelota así de fuerte por favor.

En todas las dramatizaciones que hicimos observamos que los niños habían entendido perfectamente la moraleja del cuento.

- **TITULO DE LA SESIÓN 9:**
“soy tú”
- **INTRODUCCIÓN:**
Esta actividad se realiza en parejas, consiste en responder a dichas preguntas como si fueran otro compañero.
- **OBJETIVOS:**
 - Empatizar con los compañeros.
 - Conocerse y valorarse.
 - Respetar las diferencias
- **CONTENIDOS:**
 - Identificación y expresión equilibrada de sentimientos, emociones, vivencias referencias e intereses propios en distintas situaciones y actividades.
 - Identificación de los sentimientos y emociones de los demás y actitud de escucha y respeto hacia ellos.
 - Descubrimiento del valor de la amistad.
 - Participación y disfrute con los acontecimientos importantes de su vida y con las celebraciones propias y las de los compañeros.
 - Desarrollo de habilidades favorables para la interacción social y para el establecimiento de relaciones de afecto con las personas.
- **TEMPORALIZACIÓN:**
20 minutos.
- **DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:**
Consiste en responder a dichas preguntas (tres preguntas), pero como si fuera otro compañero, de este modo se pondrán en la piel de los demás, y así fomentan el conocerse más entre ellos, así como el propio autoconocimiento. "color preferido", "compañero con el que te gustaría sentarte en el colegio", "comida que odias"...
- **EVALUACIÓN:**
 - Respetar y aceptar las características de los demás sin discriminación.

➤ **RECURSOS:**

Materiales: no requiere recursos materiales.

Personales: docente principal y docente de apoyo.

Espaciales: aula.

➤ **OBSERVACIONES:**

En total se hicieron 4 parejas, ya que había 8 alumnos/as.

Primera pareja: *Comida favorita, color y donde le gusta ir*. Solo acertaron el color.

Segunda pareja: *Dónde le gusta ir, color y juguete*. Solo acertaron el color.

Tercera pareja: *Años, comida y color*. Acertaron los años y la comida.

Cuarta pareja: *Comida, años y dónde le gusta ir en verano*. Acertaron las tres.

5.8. RECURSOS HUMANOS, MATERIALES Y ESPACIALES

El recurso humano primordial será la propia docente del aula, encargada de ser la guía de la actividad, fomentando la integración y la realización correcta de las sesiones, respetando los objetivos, temporalización y criterios de evaluación.

En relación a los recursos espaciales, estas actividades pueden realizarse en el aula de clase, aunque, también se realizaron en el aula psicomotricidad para la actividad de “me pongo en tus zapatos”. Por su parte, los recursos materiales descritos en las sesiones, son de fácil acceso, en ocasiones se encuentran en el aula de clase.

5.9. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

De acuerdo con Decreto 122/2007, de 27 de diciembre, por el que se establece el currículo del segundo ciclo de la Educación Infantil en la Comunidad Castilla y León, los criterios que se han establecido para esta intervención son, los que se concretarán a continuación:

Tabla 3

ÁREA I: CONOCIMIENTOS DE SÍ MISMO Y AUTONOMÍA PERSONAL	
CRITERIOS GENERALES	CRITERIOS ESPECÍFICOS
<p>3. Respetar y aceptar las características de los demás sin discriminación.</p> <p>4. Confiar en sus posibilidades para realizar las tareas encomendadas, aceptar las pequeñas frustraciones y mostrar interés y confianza por superarse.</p>	<p>2.5. Respetar el turno de palabra.</p> <p>2.6. Respetar a los compañeros y compañeras.</p> <p>2.7. Desarrollar la empatía para comprender a los compañeros y compañeras.</p> <p>2.8. Respetar a los compañeros y compañeras, sus opiniones e intervenciones.</p> <p>3.1. Reconocer las emociones propias y las de los demás.</p> <p>3.2. Utilizar las experiencias personales para definir y categorizar las emociones.</p> <p>3.3. Obtener una autoestima positiva.</p> <p>3.4. Modificar las conductas para gestionar las emociones negativas de forma adecuada.</p>

ÁREA II: CONOCIMIENTOS DE SÍ MISMO Y AUTONOMÍA PERSONAL	
CRITERIOS GENERALES	CRITERIOS ESPECÍFICOS
<p>3. Interesarse por otras formas de vida social del entorno, respetando y valorando la diversidad.</p> <p>4. Analizar y resolver situaciones conflictivas con actitudes tolerantes y conciliadoras.</p>	<p>2.5. Conocer las emociones básicas y sus características.</p> <p>2.6. Empatizar con los demás y sus anécdotas.</p> <p>2.7. Determinar las cualidades positivas de los demás.</p> <p>2.8. Establecer los antecedentes que provocan una emoción determinada.</p> <p>3.1. Comprender los aspectos negativos del bullying.</p> <p>3.2. Identificar al agresor y al agredido y sus características.</p> <p>3.3. Proponer diferentes soluciones ante conflictos emocionales, personales y de los demás.</p> <p>3.4. Determinar las conductas negativas y erradicarlas.</p>

ÁREA III: LENGUAJES: COMUNICACIÓN Y REPRESENTACIÓN	
CRITERIOS GENERALES	CRITERIOS ESPECÍFICOS
<p>2. Comunicar por medio de la lengua oral y corporal sentimientos, vivencias, necesidades e intereses.</p> <p>3. Comprender las intenciones comunicativas de sus iguales y de los adultos en las distintas situaciones.</p>	<p>1.7. Expresar emociones y comunicarse con los demás.</p> <p>1.8. Transmitir y ejemplificar emociones ya vividas por medio de situaciones personales.</p> <p>1.9. Dramatizar emociones a través de gestos faciales.</p> <p>1.10. Expresar y comunicar dichas cualidades.</p> <p>2.1. Escuchar activamente las emociones de los compañeros y compañeras.</p> <p>2.2. Escuchar activamente a los compañeros y compañeras.</p> <p>2.3. Tolerar las cualidades que nos asignan los demás.</p> <p>2.4. Reconocer la expresión de los sentimientos tanto en uno mismo como en los demás.</p>

5.10. RESULTADOS

Como es una propuesta de intervención, se espera que se reduzca significativamente los índices de bullying en las instituciones educativa donde se aplique, creando un clima de confianza, convivencia y empatía, entre compañeros y docentes, donde la educación y los valores como el respeto sean la principal enseñanza.

La propuesta de intervención, al estar vinculada a la observación directa y sistemática, me ha permitido diseñar estrategias de concienciación para intentar alcanzar los objetivos planteados al principio de la investigación, como, por ejemplo: trabajar la inclusión; planificar estrategias para resolver conflictos; habilidad para trabajar desde el respeto y la igualdad; la heterogeneidad del alumnado, etc. Las actividades diseñadas, se han basado en el método socio-afectivo, en el que se ha observado si con las actividades planteadas, se pueden fomentar actitudes como la empatía, la alegría, la tristeza, el trabajo en equipo o el reconocimiento de las emociones.

A su vez, se espera que los niños desarrollen su autoestima y autoconcepto en base a sus actitudes y aptitudes fomentando la inteligencia emocional y la gestión correcta de las emocióne. Una vez finalizada la propuesta de intervención, se espera que el alumnado haya adquirido una serie de recursos para empatizar con sus compañeros, reconocer y gestionar tanto sus emociones como la de otros, respetar y tolerar.

6. CONCLUSIONES

El concepto de acoso escolar o bullying, hoy en día, está muy presente en los centros educativos sin grandes diferencias con respecto a las culturas, sexo, edad, zonas urbanas o rurales, escuelas públicas o privadas, es cierto que cada vez hay mayor sensibilización con respecto a este problema. Además, es un problema que también se da en edades muy tempranas por lo que, como futura docente, y mi propia experiencia personal, me aterra que esto pueda seguir sucediendo, lo cual es muy importante la prevención para la erradicación de estas conductas problemáticas.

Es indudable que las conductas violentas deben ser eliminadas con la mayor brevedad posible, esto es muy importante porque la situación de maltrato en las escuelas hace que la víctima pierda la confianza en sí misma, que tenga problemas de autoestima y autoconcepto, o que incluso pueda llegar a estados depresivos, sin olvidarnos de la baja adaptación social y el bajo rendimiento escolar que se pueda dar.

Todo alumno/a tiene que sentirse seguro y a salvo en su centro educativo y en su aula, sin sufrir acciones humillantes y ofensivas que acarreen las situaciones de acoso escolar.

La puesta en práctica de la intervención me ha servido para proporcionarme grandes aprendizajes, ya no solo a nivel personal sino también profesional.

La educación emocional es muy importante especialmente desde la etapa de Educación Infantil ya que permite comunicarse de tal manera que pueda expresar sus emociones, tomando en cuenta los sentimientos y las emociones de los demás.

La finalidad de este trabajo, es sensibilizar al alumnado sobre lo que suponen los acontecimientos de acoso escolar, tratar de prevenirlo lo antes posible y saber cómo actuar e intervenir para remediarlo de inmediato.

Finalmente, espero que este trabajo sirva para comprender que gracias a la Educación Emocional podemos excluir el acoso escolar de nuestros centros educativos, ya que esta Educación permite comunicar sentimientos fuertes, y, por tanto, poder comprender a los demás de una forma más sensible, evitando así situaciones que provoquen daños ya sean físicos, psicológicos, o de cualquier otro tipo.

7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alastruey, M., Hernández, B., Sánchez, M., y Pérez, L. (2021). Bullying: la realidad cruel de muchos niños del siglo XXI. Proyecto de educación para la salud. *Revista sanitaria de investigación*.
<https://revistasanitariadeinvestigacion.com/3259-2/>
- Alonso, I. (2018). *Propuesta para la intervención del acoso escolar en la educación primaria*. (Trabajo de fin de master) Universidad Internacional de la Rioja.
<https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/6602/ALONSO%20GARCIA%20ISABEL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Amemiya, I., Oliveros, M., y Barrientos, A. (2009). Factores de riesgo de violencia escolar (bullying) severa en colegios privados de tres zonas de la sierra del Perú. *Anales de facultad de medicina*, 70(4), 255-258.
https://www.researchgate.net/publication/262552765_Factores_de_riesgo_de_violencia_escolar_bullying_severa_en_colegios_privados_de_tres_zonas_de_la_sierra_del_Peru/link/5dfaf91492851c8364884263/download
- Arroyebe, P. (2012). Factores de vulnerabilidad y riesgo asociados con el bullying. *CES psicología*, 5(1), 116-125.
<https://www.redalyc.org/pdf/4235/423539529012.pdf>
- Bisquerra, R. (2014) *Prevención del acoso escolar con educación emocional*. Editorial Desclée de brouwer. J. Collel y C. Escudé (comps.).
- Bisquerra, R., y Pérez, N. (2012). Educación emocional: estrategias para su puesta en práctica. *Revista de la Asociación de Inspectores de España*.

- Castillo, L. (2011). El acoso escolar. De las causas, origen y otras manifestaciones a la pregunta que le otorgan los actores. *Magis*, 4(8), 415-428. <https://www.redalyc.org/pdf/2810/281021722009.pdf>
- Cerezo, F. (2008). Acoso escolar. *Boletín de la sociedad de pediatría de Asturias, Cantabria, Castilla y León*, 48, 353-358. https://www.sccalp.org/documents/0000/0147/BolPediatr2008_48_353-358.pdf
- Cooper, K. (1998). *La inteligencia emocional aplicada a las organizaciones*. <https://ide.rionegro.gov.ar/download/archivos/00002738.pdf>
- Choliz, M. (2005). *Psicología de la emoción: el proceso emocional*. [Universidad de Valencia]. <https://www.uv.es/~choliz/Proceso%20emocional.pdf>
- Cortes-Pealver, J. (2014). *Acoso escolar. Técnicas de detección y prevención*. (Trabajo fin de Grado) Universidad Internacional de La Rioja. <https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/2559/cortes.pe%C3%B1alver.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Dato, E. (2007). Violencia escolar: el maltrato entre iguales en la educación secundaria obligatoria 1999-2006. *Defensor del pueblo*. <https://www.defensordelpueblo.es/wp-content/uploads/2015/05/2007-01-Violencia-escolar-el-maltrato-entre-iguales-en-la-Educaci%C3%B3n-Secundaria-Obligatoria-1999-2006.pdf>
- Dueñas, M. (2002). Importancia de la inteligencia emocional: un nuevo reto para la orientación educativa. *Educación XXI* (2), 77-96. <https://www.redalyc.org/pdf/706/70600505.pdf>

- (Equipo ABA, Anti Bullying Argentina, 2020). *Signos de alarma para padres*. https://equipoaba.com.ar/descargar/4_signos_de_alarma_descargables_ABA.pdf
- EpData. (2021). *Acoso escolar, datos cifras y estadísticas*. <https://www.epdata.es/datos/acoso-escolar-datos-cifras-estadisticas/257/espana/106>
- Ferrel, R., Cuan, A., Londoño, Z., y Ferrel, L. (2015). Factores de riesgo y protectores del bullying escolar en estudiantes con bajo rendimiento en cinco instituciones en Santa Marta, Colombia. *Psicogente* 18(33), 188-205. <http://www.scielo.org.co/pdf/psico/v18n33/v18n33a15.pdf>
- García, M. (2020). *Causas y prevención de bullying: programa de prevención*. (Trabajo de fin de grado) Universitat de les Illes Balears. https://dspace.uib.es/xmlui/bitstream/handle/11201/152405/Garcia_Martorell_Mireia.pdf?sequence=1
- García, M., y Ascencio, C. (2015). Bullying y violencia escolar: diferencias, similitudes, actores, consecuencias y origen. *Revista intercontinental de psicología y educación*, 17(2), 9-38. <https://www.redalyc.org/pdf/802/80247939002.pdf>
- Gairín, J., Armengol, C., y Silvia, B. (2013). El bullying escolar, consideraciones organizativas y estrategias para la intervención. *Educación XXI* 16(1). 19-38. <https://www.redalyc.org/pdf/706/70625886002.pdf>
- Goleman, D. (1995). *La inteligencia emocional*. Kairos. <http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Inteligencia%20Emocional%20%20Daniel%20Goleman.pdf>

- Gomes, A. (2013). Bullying: el poder de la violencia. *Rmie*, 18(54), 839-870. <http://www.scielo.org.mx/pdf/rmie/v18n58/v18n58a8.pdf>
- International bullying sin fronteras (2021). Número de casos de bullying en España. <https://bullyingsinfronteras.blogspot.com/2017/03/estadisticas-de-bullyingspain.html#:~:text=Seg%C3%BAAn%20el%20estudio%20de%20la,tip%20de%20acoso%20y%20ciberacoso>
- Jiménez, A. (2018). Inteligencia emocional. *Curso de actualización pediátrica*, 457-469. https://www.aepap.org/sites/default/files/457-469_inteligencia_emocional.pdf
- León, V. (2015). *El bullying o acoso escolar en la Educación Secundaria. La Educación Física y el Deporte como medios de prevención e intervención*. (Trabajo fin de grado) Universidad de Sevilla. <https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/32872/TFG-0194.pdf>
- Lugones, M., y Ramírez, M. (2017). Bullying. aspectos históricos, culturales y sus consecuencias en la salud. *Revista cubana de medicina general integral*, 33(1), 154-162. <http://scielo.sld.cu/pdf/mgi/v33n1/mgi14117.pdf>
- Martínez, A. (2020). *Emociones*. Agenda menuda. <https://www.agendamenua.es/blog/307-las-6-emociones-basicas-para-educar-a-los-ninos-en-inteligencia%20emocional#:~:text=La%20s%20emociones%20son%20estados%20internos,para%20comunicarnos%20con%20los%20dem%C3%A1s>

- Monelos, M. (2015). *Análisis de situaciones de acoso escolar o bullying en centros de educación secundaria de La Coruña*. (Tesis doctoral) Universidad Da Coruña. <https://core.ac.uk/download/pdf/61917775.pdf>
- Mora, F. (2011). *¿Qué son las emociones?* Esplugues de Llobregat (Barcelona): Hospital Sant Joan de Deu.
- Muñoz López, C. y Zaragoza Domenech, C. (2008). *Didáctica de la Educación Infantil*. Barcelona: Altama.
- Ochoa, L. (2013) *Consecuencias del bullying en adolescentes*. Universidad autónoma del estado de México. <https://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/40402/TESINA+CONSECUENCIAS+DEL+BULLYNG+EN+LAS+ADOLESCENTES.pdf;jsessionid=56E8324D966B89CB5525AAA7D8C272FD?sequence=1>
- Olweus, D. (1998). *Conducta de acoso y amenaza entre los escolares* (2º. ed.). Ediciones Morata.
- Quispe, S. (2021). *Bullying e inteligencia emocional*. (Trabajo de fin de grado). Universidad Nacional del altiplano. http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/16195/Quispe_Apaza_Silvia.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Rodríguez, A., Díaz, A., y Caicedo, L. (2020). *Consecuencias que genera el bullying a nivel integral en los estudiantes en edad escolar según estudios en Latinoamérica entre 2010 – 2020*. Politécnico Grancolombiano. <https://alejandria.poligran.edu.co/bitstream/handle/10823/2775/EC%20Consecuencias%20que%20genera%20el%20bullying%20en%20Latinoam%C3%A9rica%20Diaz%20y%20Caicedo.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Rodrigo, L. (2019) *Mi receta contra el acoso escolar*. Aprender a ser. Educación en valores. Editorial Desclée de brouwer.
- Rodríguez, N. (2004). Educación/víctimas del “Bullying”. Los otros Jokin. *El Mundo*. <https://www.elmundo.es/cronica/2004/468/1096881793.html>
- Sánchez, E. (2013). *Factores de riesgo y protección relacionados con la agresión escolar en adolescentes de Murcia*. (Tesis doctoral) Universidad de Murcia. <https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/120478/TESH.pdf>
- Tresgallo, E. (2008). Violencia escolar (bullying): documento para padres y educadores. *Revista española de orientación y pedagogía*, 19(3), 328-333. <https://www.redalyc.org/pdf/3382/338230780007.pdf>
- Viscardi, N (2011) *Programa contra el acoso escolar en Finlandia: un instrumento de prevención que valora el respeto y la dignidad*. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-69542011000100003

ANEXOS

ANEXO 1:

- **Jokin Ceberio, el primer caso de suicido en España por acoso:**

El caso de Jokin Ceberio dio mucho que hablar hace unos años, ya que fue el primer caso de muerte reconocido a causa del bullying en España. Como bien cuenta en el suplemento del Periódico “El Mundo”, Nora Rodríguez, en su edición del 3 de Octubre de 2004: Jokin, 14 años, comienza a ser objeto de burla de amigos y compañeros cuando, a principios del curso pasado, se hace sus necesidades encima en clase / De la mofa, pasan a los golpes, incluso le rompen el aparato dental en una paliza/ “le hacían comer tierra”, dice una compañera / Durante el campamento de verano, Jokin y su cuadrilla son pillados por los monitores mientras fumaban un porro/ Cuando el asunto llega a oídos de los padres de los adolescentes, todos señalan, injustamente, a Jokin como chivato y se ensañan más con él / El 13 de septiembre, primer día de clase, es recibido con el aula decorada con papel higiénico para celebrar el aniversario de la diarrea y con golpes / 14 de septiembre lo acribillan a balonazos en el gimnasio / El 15, otra paliza cruel / Jokin deja de ir a clase y su tutora alerta a los padres / Padres y profesora acuerdan que Jokin vuelva al aula el martes 21 con un móvil por si tuviera problemas / Esa madrugada, se suicida. Este caso, muestra la gravedad de permitir el bullying, hasta el punto que tras atentar ante la integridad moral y física de este joven, Jokin decida acabar con su sufrimiento a cambio de su vida, lanzándose desde un muro de su ciudad, ante el miedo de tener que volver al infierno que sufre en las aulas. Jokin se hizo famoso y fue conocido por la sociedad, tras su suicidio, y como bien he dicho anteriormente dio mucho que hablar en su día y planteó muchas cuestiones tanto morales, como de intervención que se debían de llevar a cabo en las aulas. Resulta muy triste que una persona se haga famosa por su muerte.

- **Drayke Hardman:**

Drayke Hardman, estudiante de 12 años del condado de Tooele, Utah, falleció trágicamente el 10 de febrero de 2022. El pequeño se quitó la vida luego de sufrir durante un año el bullying de un compañero de clase.

Los padres del niño, Andy y Samie Hardman, se encuentran desconsolados por lo ocurrido con Drayke. Ambos afirmaron a un medio de su localidad que habían estado en

contacto con la escuela de su hijo sobre el problema antes de su muerte, esto debido a que a principio de semana él regresó a casa con un ojo morado, y le confesó a su hermana que la lesión se produjo durante un altercado físico con un compañero.

El pasado 9 de febrero Drayke tenía práctica de baloncesto por la noche, pero no acudió, luego de eso intento suicidarse. Sus hermanas lo encontraron en estado crítico, por lo que fue trasladado al hospital, no obstante, no resistió y murió la mañana siguiente.

Ante lo ocurrido con sus hijos, los Hardman quieren hacer un llamado de atención a otros padres y así evitar que más niños pasen lo que pasó Drayke. Ambos manifestaron que buscan compartir la historia de su pequeño para crear conciencia sobre las terribles realidades del acoso escolar y promovieron un hashtag en las redes sociales: #doitfordrayke (hazlo por Drayke), para alentar a las personas a ser amables y generosas siempre.

Anexo 2:

Cuento de la tortuga: Érase una vez una pequeña tortuga que no le gustaba ir al colegio. La tortuga pensaba que era demasiado difícil escribir, leer libros o hacer cálculos matemáticos. Le gustaba molestar a sus compañeros, quitar los lápices, hablar, etc. No le gustaba compartir ni escuchar a sus maestros. También encontraba demasiado difícil seguir las normas y no enfadarse. Los demás no querían jugar con ella y se empezó a sentir sola. Un día se encontró a la tortuga más vieja del barrio. La tortuga pequeña le dijo: tengo un gran problema. Siempre que estoy enfadada no me puedo controlar. La vieja tortuga le dijo: Te diré un secreto: La solución de tus problemas la tienes tu. Es tu caparazón...es por ello que tú tienes un caparazón. Siempre que estés enfadada, preocupada, lo que debes hacer es entrar dentro de ti. Tienes que seguir tres pasos: Primero, debes decirte a ti misma STOP. Segundo, respira a fondo. Tercero, di el problema que tienes y cómo te sientes calmada. La vieja tortuga le dijo a la joven tortuga que cada vez que estuviera enfadada debía seguir estos pasos y así lo hizo. La primera vez se quedó sorprendida al ver a su maestra que estaba sonriendo a su lado y le dijo que estaba orgullosa de ella. A partir de ese día, cada vez que la tortuga pequeña se enfadaba recordaba las palabras de la sabia tortuga y las otras tortugas empezaron a jugar con ella. Pronto empezó a tener muchas amigas. Ir a la escuela cada vez le pareció más divertido. La tortuga se sentía feliz y nunca más pensó que era mala.

FIGURAS DE LAS SESIONES QUE SE HAN LLEVADO A CABO



Figura 1. Sesión 1, el cuento del ratoncito.



Figura 2. Sesión 2. Dibuja a tu compañero.

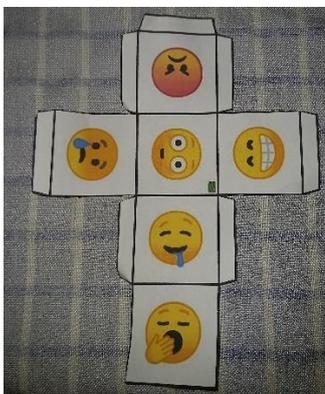


Figura 3. Sesión 3. El dado de las emociones.



Figura 4. Sesión 4. El espejo mágico.



Figura 5. Sesión 5. Ponerse en los zapatos de los demás.



Figura 6. Sesión 6. Música y emociones. (Emoción triste)



Figura 7. Sesión 6. Música y emociones. (Emoción alegre)



Figura 8. Sesión 7. La llama del enfado.