



Universidad de Valladolid
Grado en Enfermería
Facultad de Enfermería de Valladolid

UVa

Curso 2022-2023

Trabajo de Fin de Grado

*EVALUACIÓN DE LA EFICACIA DE
UNA INTERVENCIÓN ENFERMERA
PARA LA PREVENCIÓN DE ACOSO
ESCOLAR: DISEÑO DE UN PROYECTO
DE INVESTIGACIÓN.*

Mónica Juárez Gutiérrez

Tutora: Begoña Becoechea Gómez

Cotutor: Víctor Leal Rodríguez

RESUMEN

España es una de las naciones europeas con mayor frecuencia de acoso escolar, según la Organización Mundial de la Salud (OMS). Esto supone una grave problemática de Salud Pública, ya que puede llegar a ocasionar irremediables consecuencias perjudiciales en los menores escolarizados que lo sufren. El papel de enfermería ante esta situación es fundamental ya que existen estudios que afirman que, mediante una prevención temprana, se puede lograr frenar la incidencia y reducir el número de casos graves. Mediante la elaboración de una investigación que evalúe la eficacia de una intervención enfermera para la prevención del acoso escolar, se podrá evidenciar la importancia de la actuación de enfermería en este ámbito.

La metodología que se llevará a cabo será un estudio cuasi experimental longitudinal prospectivo sin grupo control pre y post. Se seleccionarán 4 grupos de intervención a los que se les aplicará un test antes y después de la implementación de una intervención enfermera.

El estudio se realizará a los menores escolarizados en 4 colegios del área oeste de la ciudad de Valladolid desde los 10 hasta los 14 años. Se impartirán cuatro sesiones por centro semanalmente.

Mediante este estudio de investigación, se evaluará si los alumnos pueden llegar a adquirir una serie de conocimientos y habilidades que les permita gestionar y prevenir el acoso escolar en las aulas. Además de esto, para respaldar la eficacia de este estudio se analizará la evolución de la incidencia del acoso escolar durante la intervención evidenciando la importancia de la actuación enfermera.

PALABRAS CLAVE: *acoso escolar, enfermería, educación primaria, programa de intervención, cambio conductual.*

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN.....	1
ACOSO ESCOLAR: CONCEPTUALIZACIÓN, DEFINICIÓN Y TIPOS.....	1
ROLES IMPLICADOS EN EL ACOSO ENTRE IGUALES.	3
IMPACTO Y CONSECUENCIAS.....	4
IMPORTANCIA DE LA IMPLICACIÓN DE LOS PADRES.....	5
PROGRAMAS PREVENTIVOS EN EL ÁMBITO EDUCATIVO.....	6
2. JUSTIFICACIÓN.....	7
3. PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN Y ESTRATEGIA DE BÚSQUEDA	8
4. HIPÓTESIS.....	9
5. OBJETIVOS	9
OBJETIVO PRINCIPAL.....	9
OBJETIVOS ESPECÍFICOS	9
6. METODOLOGÍA.....	10
7. RESULTADOS	23
8. LIMITACIONES DEL ESTUDIO	23
9. FORTALEZAS DEL ESTUDIO.....	24
11. APLICACIÓN PRÁCTICA CLÍNICA	24
10. FUTURA LÍNEA DE INVESTIGACIÓN	25
12. BIBLIOGRAFÍA	26
ANEXO I: CONSENTIMIENTO INFORMADO.....	30
ANEXO II: CUESTIONARIO PRE-POST PARA LA EVALUACIÓN DE LA EFICACIA DE LA INTERVENCIÓN.....	31
ANEXO III: CUESTIONARIO PRE-POST PARA LA EVALUACIÓN DE LA EFICACIA DE LA INTERVENCIÓN.....	34

ANEXO IV: KAHOOT SOBRE EL BULLYING.....	36
ANEXO V: VÍDEO DE REFLEXIÓN SOBRE EL BULLYING	37
ANEXO VI: TRÍPTICO DE COMPLEMENTO A LA SESIÓN 4	38
ANEXO VII: TRÍPTICO DE LA SESIÓN COMPLEMENTARIA.....	39

ÍNDICE DE TABLAS.

Tabla 1. Tipos de acoso	2
Tabla 2. Pregunta PICOT.	8
Tabla 3. Sesión 1.	13
Tabla 4. Sesión 2.	14
Tabla 5. Sesión 3	15
Tabla 6, Sesión 4	16
Tabla 7. Sesión Complementaria.....	17
Tabla 8. Cronograma del proyecto.	18
Tabla 9. Recursos a utilizar durante la intervención.	22
Tabla 10. Gastos totales del proyecto	23

1. INTRODUCCIÓN.

ACOSO ESCOLAR: CONCEPTUALIZACIÓN, DEFINICIÓN Y TIPOS.

Según diversos estudios, uno de cada cuatro jóvenes españoles sufre actualmente acoso escolar o ciberacoso a diario (1). El acoso escolar o ciberacoso, ya sea como víctima o como agresor, ha sido reconocido como un importante factor de riesgo de conducta suicida entre los niños y jóvenes que se ven envueltos en contextos violentos (2).

Los términos “bullying” y “acoso escolar”, en múltiples ocasiones, se utilizan indistintamente para hacer referencia a la misma idea y es que para definirlos, es necesario mencionar ciertos conceptos:

“Intimidación”: según la biblioteca virtual en salud (3), este término se utiliza con frecuencia para caracterizar el comportamiento agresivo intencionado que tiene como objetivo causar daño o angustia. Dicho comportamiento puede ser físico o verbal. Hay un desequilibrio del vigor, fuerza, o del estado entre el objetivo y el agresor. Hace referencia a algo puntual, no continuado en el tiempo.

“Acoso”: es un término unilateral que engloba aquellos actos que se producen en las interacciones interpersonales y conlleva acciones persistentes y dañinas que resultan del abuso de autoridad y es que, a diferencia de la intimidación, este excluye incidencias aisladas o disputas entre completos desconocidos (4).

“Bullying”: este término es el alternativo de “acoso” en inglés. Hace referencia también a una forma de violencia repetitiva y sistemática que ocurre entre pares, y puede incluir comportamientos verbales, físicos, psicológicos o sociales (5)

“Acoso escolar” (AE): comportamiento agresivo y persistente que tiene como objetivo intimidar, humillar o acosar a una persona específica, y que puede ser llevado a cabo por uno o varios individuos. En términos generales, el acoso escolar es un tipo específico de bullying (6). Es por esta razón, por la que bullying y acoso escolar se mencionan indistintamente.

Por lo tanto, se podría afirmar que el acoso es una victimización y hostilidad deliberadas que se producen durante un largo periodo de tiempo cuando existe una diferencia de mando entre el victimario y la persona agredida (7).

Con frecuencia, esto ocurre especialmente en los centros educativos, y es que, muchos de los estudiantes tienen conocimiento de dichas agresiones, pero deciden no denunciarlo por temor a represalias (8).

El acoso escolar no siempre se encuentra bien definido en cuanto a su amplitud y alcance. Dicho término, se consideraba normalmente una burla juguetona de los más jóvenes y ha cambiado ahora para incluir una variedad de comportamientos y agresiones que involucran a diversas poblaciones de estudiantes escolares y, en la actualidad, plataformas de Internet (8).

Entre los diversos tipos de acoso escolar, según García y Ascensio se enumeran y describen en la siguiente tabla (4):

Tabla 1. Tipos de acoso¹

TÉRMINO	DESCRIPCIÓN
Acoso en línea o “ciberacoso”	Toda forma de acoso que tenga lugar en línea se considera ciberacoso. Puede adoptar la forma de mensajes privados engañosos o comentarios crueles en un sitio web.
Agresión física	Este tipo incluye contacto físico siempre e implica a la otra persona (víctima). Puede referirse a un combate cuerpo a cuerpo, pero también lanzar objetos, tropezar con alguien o incitar a otros a herir físicamente a alguien.
Abuso o maltrato psicológico	La finalidad en este caso sería herir emocionalmente a otro individuo. Esto puede implicar; decir o escribir cosas desagradables, ignorar a alguien a propósito o difundir rumores.
Acoso sexual	Hace referencia a aquel realizado de cualquier manera, que esté relacionado con el género o la sexualidad de una persona. Los ejemplos pueden incluir obligar a alguien a cometer actos íntimos, hacer comentarios sexuales o tocamientos no deseados...

Intimidación verbal	El uso de cualquier frase para herir a otra persona se denomina acoso verbal. Las blasfemias, las palabras crueles, los comentarios sobre el aspecto de alguien, el uso de frases peyorativas o las burlas son algunos ejemplos.
---------------------	--

ROLES IMPLICADOS EN EL ACOSO ENTRE IGUALES.

Desde el comienzo del estudio de este fenómeno, se ha buscado determinar las personas directamente implicadas en él, distinguiendo a víctimas, agresores y testigos (observadores) según la posición en la que se encuentren dentro de la situación de acoso (9).

VÍCTIMAS

Con las sucesivas investigaciones y estudios realizados a lo largo de la historia, se empezó a destacar distintos patrones en el grupo de “víctimas”, por esta razón, se distinguieron dos subgrupos dentro de este (10).

- Víctimas clásicas, típicas o pasivas:

Estas víctimas se singularizan por padecer aislamiento social. Todo esto desencadena unas consecuencias negativas como destacar por ser personas poco asertivas con dificultades para expresar sus sentimientos, pensamientos, ideas o necesidades de forma clara.

A esto, se le suman ciertos patrones de personalidad que les caracterizan; baja autoestima, sentimientos de inferioridad en comparación del resto de iguales (11). Todo esto, hace que se muestren a los demás como personas vulnerables ante acontecimientos que requieran una confrontación.

- Víctimas Proactivas:

Estas víctimas también se hallan en una posición de aislamiento, además de esto se les añade una considerable impopularidad entre sus iguales. Todo esto se agrava debido al modo en el que afrontan la victimización. Es decir, son personas que tienen considerables

problemas para mantener la atención, con reacciones a menudo irritantes o agresivas, llegando a tender a actuar o intervenir en conflictos, sin escoger previamente la forma más eficaz de afrontar el mismo.

AGRESORES

Este término hace referencia a aquellas personas que invierten su tiempo en atemorizar o acosar a sus compañeros. Tras examinar distintas investigaciones se logra llegar a la conclusión de que estos menores habitualmente muestran una importante problemática para cumplir normas (12). No son capaces de manejar la frustración y suelen tener relaciones negativas con los adultos, así como un bajo nivel de rendimiento académico. Asimismo, también presentan dificultades para respetar límites aferrándose a cualquier creencia que justifique el uso de la violencia (13).

OBSERVADORES

Varios autores coinciden en que se puede llegar a la conclusión de que los compañeros observadores generalmente se encuentran presentes en las situaciones de acoso, por ello, el papel de estos es de vital importancia (14). Tras los sucesos reflejados, el hecho de tener un vínculo social y “encajar” en el grupo de clase disminuye de manera significativa la victimización y protege al alumno de ella. De lo comentado con anterioridad, se puede deducir que para prevenir la violencia es determinante intervenir en el grupo de clase en conjunto, no solamente con el acosador y/o las víctimas, ya que, si los espectadores son activos y no son conscientes del problema, de alguna manera estarán incitando a los agresores a seguir practicando dichas actuaciones. Si, por el contrario, son pasivos, no están llevando a cabo ninguna conducta para evitarlo. Por esta razón, se deben impulsar hábitos de conducta que fomenten relaciones positivas que eviten este fenómeno (14).

IMPACTO Y CONSECUENCIAS.

El impacto que ocasiona el acoso escolar abarca una amplitud muy diversa que puede tener desde repercusiones en un periodo breve de tiempo, o aparecer mucho después en forma de estrés postraumático (15). Lo que se ha demostrado es que, tanto en las personas agredidas como en los agresores, se pueden experimentar una serie de efectos negativos que se extienden hasta la edad adulta (11,16).

Como ya se ha abordado anteriormente, en las víctimas se ve afectada la autoestima. Comienzan a verse a sí mismos como fracasados e inadaptados, lo que tiene repercusiones en su rendimiento académico provocándoles ansiedad, depresión y preocupación por la soledad y el rechazo (17). Otros efectos son; el absentismo escolar, las dificultades para conciliar el sueño, la alteración de los hábitos alimentarios y el aumento de las enfermedades (18).

Las personas que han padecido cualquier tipo de intimidación suelen internalizar su sufrimiento, lo que puede incrementar su probabilidad de ideas suicidas o la necesidad de autolesionarse, dos situaciones que pueden desembocar en atentados contra su propia integridad física (18,19).

Según lo descrito con anterioridad, las víctimas de acoso pueden tener repercusiones a largo plazo que duran hasta la adultez. Esto repercute en su habilidad para entablar vínculos fiables con las personas adultas. La mayor parte de personas que han sido víctimas, tienen una mala percepción de sí mismas y una reducida valoración de su persona, lo que les puede propiciar a desarrollar trastornos alimentarios, depresión, ansiedad y/o trastorno de estrés postraumático (19).

Así mismo, aunque pueda resultar difícil simpatizar con un acosador, es crucial comprender los factores psicológicos que llevan a un niño a acosar a otros. El bajo rendimiento académico y el absentismo, que pueden llevar a la falta de asistencia a clase, son algunas de las repercusiones a corto plazo en las personas que practican el acoso (18).

De forma similar, cuando los acosadores maduran y se desarrollan, también arrastran consigo dichas consecuencias. Siendo propensos a mantener sus malos hábitos en la edad adulta (20). Además, en comparación con los no acosadores, tienen más probabilidades de maltratar a su pareja o a su hijo, actuar de forma insociable, así como, abusar de sustancias y bebidas alcohólicas (21).

IMPORTANCIA DE LA IMPLICACIÓN DE LOS PADRES.

Los padres suponen una figura de vital importancia en la erradicación del acoso, el hecho de responder de forma rápida y consciente ante una situación donde se esté sufriendo, supone enviar un mensaje a sus hijos de intolerancia ante este comportamiento (22,23). Las investigaciones muestran que, con el tiempo, esta actitud influye en la conducta y actos de los niños, llegando a reducir así el acoso. Los padres, el personal de la escuela y

otros adultos de la comunidad pueden ayudar a los niños a prevenir y erradicar dicho concepto (23). Esto incluye trabajar para crear un ambiente seguro donde los niños puedan prosperar social y académicamente sin miedo. La APA (American Psychological Association) ha emitido ciertas recomendaciones para orientar a los padres en dicho proceso (24):

- Observar la actitud de sus hijos para detectar señales de acoso.
- Enseñar a sus hijos a hacerle frente al acoso.
- Establecer los límites con respecto a la tecnología.

PROGRAMAS PREVENTIVOS EN EL ÁMBITO EDUCATIVO.

PREVENCIÓN PRIMARIA

En esta primera prevención, las medidas que se llevarán a cabo estarán destinadas a evitar que se produzca el problema, o más concretamente, son las acciones que se toman antes de que surja el problema en cuestión. Estos pasos están destinados a abordar las causas fundamentales del problema o los principales factores de riesgo evitando así, que suceda. Es la única medida completamente preventiva y se utiliza en poblaciones donde aún no se ha presentado el problema que se pretende prevenir, independientemente de que dichas poblaciones estén en riesgo o no. Según varias investigaciones, estos programas están dirigidos a potenciar las relaciones interpersonales y la convivencia escolar como medio para la prevención de encuentros violentos entre iguales (25).

PREVENCIÓN SECUNDARIA

En la prevención secundaria los programas estarán dirigidos principalmente a personas que, por sus características sociales y personales, tienen una alta propensión a involucrarse en situaciones de esta naturaleza e incluso han comenzado a presentar conductas de riesgo. El objetivo es identificar el problema lo antes posible para evitar que se manifieste en toda su gravedad y se convierta en un problema duradero (25).

PREVENCIÓN TERCIAARIA

Cuando las conductas violentas de los alumnos se han arraigado en el entorno educativo en el que se encuentran, como es el caso de que ya se hayan producido conflictos o casos de acoso en el centro, estas medidas tienen por objeto resolver y controlar dichas situaciones. Están dirigidos tanto a los agresores como a las víctimas involucradas en

casos de acoso, y su objetivo es ofrecer técnicas de resolución de conflictos para evitar su escalada y mitigar las posibles repercusiones para todos los involucrados en dicha situación (25).

2. JUSTIFICACIÓN.

En los últimos años, la preocupación por la violencia escolar como problema de salud se ha extendido por todo el mundo. El acoso escolar es uno de los principales problemas que afectan a la salud y el bienestar de los niños y adolescentes (26,27). Cabe destacar que este, es cada vez más frecuente en las escuelas y los profesores deben ser conscientes del grave problema que supone para el bienestar de los estudiantes, por ello, es necesario que dispongan de las herramientas necesarias para la detección y prevención del mismo y así proteger la salud física y mental de los alumnos y, al mismo tiempo, promover el aprendizaje de hábitos de conducta saludables (28).

Existen evidencias de que las intervenciones enfermeras con finalidad educativa han generado efectos positivos en la prevención, confirmándose que la participación de enfermería es fundamental, además, para la detección y seguimiento de los casos de acoso escolar (29). Por lo tanto, el papel de la enfermera en la prevención del acoso escolar, según varios estudios, ha demostrado ser significativa, la enfermera puede colaborar con el personal de la escuela, los padres, y los miembros de la comunidad para crear un entorno escolar seguro. Como miembro del personal no académico y no disciplinario, las enfermeras pueden generar confianza y responsabilidad en los estudiantes, se puede llegar a construir una relación única con ellos, que les permita confiar y generar confianza.

De esta forma, al tratarse de una actividad preventiva, este servicio se prestará desde enfermería de Atención Primaria. Ya que, una de las principales funciones de dicho equipo aquí es impulsar conductas generadoras de salud como es el caso.

Por ello, si se demuestra la eficacia de dicha intervención enfermera aplicada a los colegios seleccionados con este estudio de investigación, los alumnos que hayan participado en el mismo podrán obtener conocimientos y habilidades que les permita prevenir el acoso y de esta forma, se corroborará la evidencia del papel fundamental de la enfermería en este ámbito de salud.

Manifestando lo mencionado anteriormente, se ayudará también a las escuelas a la hora de hacer políticas relativas para la provisión de intervenciones con el objetivo de reducir

la incidencia del acoso y su impacto. Esto es así porque se estarán asegurando de que aquellas intervenciones que realicen serán efectivas, eficaces y beneficiosas para los alumnos.

3. PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN Y ESTRATEGIA DE BÚSQUEDA

La pregunta de investigación sirve de punto de partida del proyecto en esta parte. Permite definir claramente el problema que se va a estudiar, mantenerlo centrado y tener un propósito. La pregunta proporcionará el marco para abordar la situación. Como resultado, el tema de investigación sirve como piedra angular de todos los esfuerzos de investigación (30). El enfoque utilizado para el problema es el PICOT, que ayuda a determinar el tipo de pruebas necesarias para resolverlo e incluso mejora el rendimiento de la búsqueda en bases de datos (31).

Los componentes de la pregunta según la estrategia PICOT se muestran en la tabla a continuación.

Tabla 2. Pregunta PICOT. Elaboración propia

P (paciente/problema)	I (intervención)	C (comparación)	O (resultados)	T (tiempo)
Menores escolarizados comprendidos desde los 10 hasta los 14 años.	Impartir sesiones educativas sobre conocimientos y habilidades para el manejo del acoso en las aulas	No procede	Adquisición de conocimientos y desarrollo de habilidades para la prevención del AE.	12 meses

Abordado todo lo anterior, la pregunta de la que se partirá será la siguiente:

¿Es eficaz impartir sesiones educativas sobre conocimientos y habilidades para el manejo del acoso en las aulas, a menores escolarizados desde los 10 a los 14 años con el objetivo prevenir el acoso escolar en los centros educativos?

En cuanto a la estrategia de búsqueda, las principales bases de datos empleadas para la búsqueda bibliográfica han sido; Google Académico, Pubmed, Dialnet y Scielo España.

La búsqueda se ha limitado a referencias de los 20 últimos años, en los idiomas español e inglés y con un acceso abierto.

Se utilizaron los términos del tesoro:

- DeCS (Descriptores En Ciencias De Salud): “*acoso escolar*”, “*educación primaria*”, “*programa de intervención*” “*enfermería*” y “*cambio conductual*”.
- MeSH (Medical Subject Headings): “*bullying*”, “*Cyber-Victimization*”, “*Elementary education*”, “*Intervention*” “*nursing*” y “*Behavior Change*”.

Se han combinado con el operador booleano “AND” y “OR”.

Se han incluido estudios observacionales, revisiones sistemáticas y revisiones bibliográficas que se seleccionaron en base al título y resumen.

4. HIPÓTESIS

Estos datos han llevado a la creación de la siguiente hipótesis:

Desde el equipo de enfermería de atención primaria, impartir sesiones educativas a menores escolarizados desde los 10 hasta los 14 años sobre conocimientos y habilidades que permitan el manejo del acoso escolar, les beneficiará mediante la adquisición de conocimientos y habilidades que les permita prevenirlo creando así, un entorno escolar seguro.

5. OBJETIVOS

OBJETIVO PRINCIPAL

Evaluar la eficacia de una intervención enfermera en la prevención del acoso escolar.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Medir el grado de conocimientos previos que los estudiantes tienen en cuanto al acoso escolar (AE):
 - ✓ Identificación y conceptualización del término

- ✓ Distinción de los distintos roles implicados.
 - ✓ Reconocimiento de actitudes y habilidades adecuadas para prevenirlo.
 - ✓ Descripción de consecuencias derivadas del mismo.
- Determinar la adquisición de conocimientos después de la impartición de las sesiones.
 - Identificar la figura de soporte a la que acuden para pedir ayuda.
 - Analizar la evolución de la incidencia del acoso escolar.

6. METODOLOGÍA

I. Diseño metodológico del Proyecto.

Propuesta de diseño de investigación con estudio cuasi experimental longitudinal prospectivo sin grupo control pre y post. Se seleccionarán 4 grupos de intervención a los que se les aplicará un test antes y después de la implementación de una intervención enfermera.

II. Población diana.

Adolescentes y preadolescentes desde 10 hasta 14 años escolarizados en los centros de educación primaria y secundaria del área de Salud de Valladolid Oeste:

- CEIP María de Molina (C. de Joaquín Velasco Martín, 17, 47014 Valladolid)
- Colegio Nuestra Señora del Pilar (C. Cañada Real, 300, 47008 Valladolid)
- Colegio Sagrado Corazón (Cam. Viejo de Simancas, 23, 47008 Valladolid)
- CEIP Alonso Berruguete (Cam. Viejo de Simancas, 21, 47008 Valladolid)

III. Criterios de inclusión y de exclusión de la muestra.

Criterios de inclusión:

Podrán formar parte del programa aquellos adolescentes y preadolescentes que estén escolarizados en los distintos centros educativos en los que se impartirán las sesiones (CEIP María de Molina, CEIP Alonso Berruguete, Colegio Nuestra

Señora del Pilar y Colegio Sagrado Corazón). Será necesario que cumplan los siguientes requisitos:

- Castellanohablantes con total comprensión del idioma.
- Interés y muestra de actitud. Es necesario para poder desarrollar el programa de forma óptima, dinámica y eficaz.

Criterios de exclusión:

- No participarán aquellos alumnos que falten a alguna sesión de forma no justificada, ya que es necesaria la asistencia a todas y cada una de ellas para valorar la evolución y resultados obtenidos.
- Aquellos alumnos que dificulten y/o interrumpan la dinámica de desarrollo de las sesiones.

IV. Duración y procedimiento del programa

Duración:

La intervención tendrá una duración total de 12 meses, se impartirán 4 sesiones con una duración de 4 semanas por cada centro. Previamente, se habrá contactado con los centros a los que se va a acudir mediante correo electrónico. A su vez, también se habrá organizado el material necesario y las sesiones a impartir con anterioridad.

Se realizará una sesión por semana (todos los lunes) de una duración aproximada de 60 minutos. Una de las semanas se añadirá una sesión complementaria (el miércoles) de una duración aproximada de 30 minutos para impartir a los padres a modo de información y medidas de actuación frente al AE.

Esta intervención empezará después de haberse solicitado la aprobación al Comité Ético de Investigación del Área de Salud Valladolid Oeste cuando la propuesta de investigación haya sido aceptada como se ha indicado con anterioridad.

Procedimiento:

El proyecto completo se realizará diferenciando las fases siguientes:

1. Diseño del proyecto de investigación. Este fue diseñado desde marzo hasta mayo de 2023.
2. Preparación del personal. En esta fase el equipo de enfermería encargado de impartir las sesiones procederá a la formación para el campo especializado del que van a tratar las sesiones. Para ello dispondrán de los meses de junio y julio de 2023.
3. Solicitud de la aprobación del Comité Ético de Investigación. Esto se solicitará desde el Centro de Salud del cual corresponda el equipo de enfermería encargado de impartir las sesiones. Para ello se dispondrá de los meses de julio y agosto de 2023.
4. Contacto con los colegios, presentación del proyecto al equipo directivo de los centros y solicitud de firma del Consentimiento Informado. Durante el mes de septiembre de 2023 se contactará con los colegios seleccionados vía correo electrónico explicándoles la propuesta del proyecto diseñado. Además, se les adjuntará el Consentimiento Informado vía correo electrónico rogándoles su difusión para rellenarlo y entregárselo al equipo investigador antes de proceder a impartir las sesiones.
5. Preparación del material. Aquí se procederá a la impresión de los cuestionarios, y preparación de todo el material necesario para las sesiones durante el mes de septiembre de 2023.
6. Puesta en marcha de la intervención enfermera. Esta etapa se iniciará en octubre de 2023 con la impartición de las sesiones hasta el mes de febrero de 2024 y se incluye la recogida de datos pre y post intervención. En el mes de junio de 2024 tras la finalización del curso académico, se volverá a repartir el cuestionario validado CEBU (*Véase Anexo III*) por parte de los profesores del centro educativo.
7. Análisis estadístico de los datos y elaboración de resultados. Se llevará a cabo durante el mes de julio de 2024 por parte del equipo estadístico.
8. Difusión de resultados.

Como ya se ha mencionado anteriormente, previamente a la intervención, el equipo de enfermería habrá organizado la planificación de cada sesión. Se impartirán 4 sesiones por centro y una complementaria para padres a modo de información.

Sesión 1:

Tabla 3. Sesión 1. Elaboración adaptada³²

Sesión 1	
¿CUÁNTO SABES SOBRE EL BULLYING?	Sesión N.º: 1
	Enfermero/a:
	Fecha: / /
Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> - La finalidad de esta primera sesión sería contextualizar y dejar claro el concepto de AE (acoso escolar) y poder trabajar de manera óptima las siguientes sesiones. - En cuanto al ciberbullying se trabajará en el conocimiento del concepto y cómo prevenirlo. 	Material: <ul style="list-style-type: none"> - Bolígrafos (material propio de los estudiantes) - Folios u hojas de cuaderno (material propio de los estudiantes) - Fotocopias del cuestionario (dependiendo el número de alumnos en cada clase) - Cartulina y pegamento Recursos Humanos: <ul style="list-style-type: none"> - 2 enfermeras/os del equipo de atención primaria.
Desarrollo: <ul style="list-style-type: none"> - Actividad 1: El primer día, después de nuestra presentación, los alumnos tendrán que completar los siguientes cuestionarios prepos: <ul style="list-style-type: none"> ✓ “¿Cuánto sabes sobre el bullying?³²” (Véase Anexo II). Este cuestionario nos ayudará a identificar qué conocimientos poseen los alumnos acerca del acoso escolar antes de aplicar la intervención. Una vez finalizada, se volverá a realizar. ✓ “Cuestionario para la exploración del bullying³³ (CEBU)” (Véase Anexo III). Este cuestionario proporcionará información de la incidencia del acoso escolar antes y después de realizar la intervención. De esta forma, se observará la evolución de la misma y si han sido eficaces las sesiones. - Actividad 2: <ol style="list-style-type: none"> 1. Se propondrá al alumnado que se organice en pequeños grupos y piensen una definición de bullying y otra para el ciberbullying. (Extensión máxima de una frase) 2. Posteriormente, se compartirán todas las definiciones en voz alta y se escribirán en la pizarra. 3. Se llegará a la realización de una definición común con las ideas de toda la clase. 4. Se finalizará redactando en una cartulina la definición de bullying y ciberbullying que se ha consensuado y se colocará junto a las normas de convivencia del aula. 5. Una vez ha sido terminada dicha dinámica se proyectará una presentación con diferentes diapositivas en las que se aconsejarán medidas para prevenir el ciberbullying. 	
Observaciones:	

- La presentación inicial tendrá lugar en clase y no durará más de 10 minutos. Se explicará quiénes somos y cómo se van a organizar las distintas sesiones a lo largo de las semanas.
- Los cuestionarios se realizarán de forma anónima y con un tiempo aproximado de 10 minutos cada uno según se vea la dinámica de la clase.
- La actividad 2 se realizará aproximadamente en 30 minutos. Se utilizará el brainstorming (lluvia de ideas) para que los estudiantes lleguen a determinar las definiciones.

Sesión 2:

Tabla 4. Sesión 2. Elaboración adaptada³²

Sesión 2	
TEJIENDO LA RED CONTRA EL AE	Sesión N.º: 2
	Enfermero/a:
	Fecha: / /
Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> - Afianzar conocimientos del AE - Promover conductas y actitudes para prevenirlo. 	Material: <ul style="list-style-type: none"> - Recursos audiovisuales - 2 madejas de lana - Objeto representativo del acosador (pelota). Recursos humanos: <ul style="list-style-type: none"> - 2 enfermeras/os del equipo de atención primaria.
Desarrollo: <ul style="list-style-type: none"> - Actividad 1: “Kahoot!” (tiempo aproximado 20 min). (Véase Anexo IV) <p>Se utilizará el proyector de clase con la pantalla. Se pedirá a los estudiantes que saquen su teléfono móvil para registrarse online al Kahoot. Una vez conseguido esto se procederá a la realización del juego: Este consiste en una serie de preguntas con formato tipo test en el que hay varias opciones para contestar, pero solo una es la correcta. Los alumnos deberán pulsar en su pantalla del móvil la opción que creen que es correcta (antes de 20 segundos)</p> <p>Las respuestas se acompañarán de breves explicaciones en clase para afianzar los conceptos y justificar las respuestas.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Actividad 2: “TELA DE ARAÑA”. (Tiempo aproximado 40 min) <p>Los alumnos se colocarán en un círculo en el que se tratará de formar una “tela de araña” entre ellos/as con un ovillo de lana:</p> <p>Un compañero comienza sujetando el cabo del ovillo y después de mencionar en voz alta una situación de AE o una buena actitud frente al AE, lanzará la madeja a otro compañero. De esta forma, quedan</p>	

unidos entre sí por una línea de lana. El compañero que lo reciba, mencionará otra situación de AE o buena actitud frente al AE y le pasará a otro compañero. Así hasta que se haya formado una red de conexiones por la lana, tantas que se permita sostener una pelota que representará el acosador. Es importante tensar la lana de un compañero a otro para que la pelota se mantenga. Cuando pidamos a algunos compañeros que suelten la lana, la pelota terminará cayéndose al igual que lo hace el AE en nuestros ambientes y colegios.

Reflexión enfermera:

Tras este pequeño juego se realizará una reflexión con los alumnos en la que será preciso indicar:

- El AE es un problema de todos. Quienes se encuentran en esta situación, necesitan ayuda para salir, ya que solos no pueden. Si fuéramos nosotros, ¿nos gustaría que nos ayudasen?
- El AE es cosa de tres: el/la que abusa, con quien la toman y todos/as los/as que miran. Estos últimos son el grupo más numeroso y como se ha visto son capaces de hacer un enorme efecto ante esta situación (o bien con risas, con gestos alentadores, con silencio; defendiendo y ofreciendo apoyo). El efecto que causen puede ser positivo o negativo, dependiendo de la actitud que se quiera tomar ante esta situación. Y sabiendo esto, ¿Cómo quiero actuar?

Observaciones:

- Previamente a la realización de la actividad 1 se comentará con el profesorado que los estudiantes van a necesitar su teléfono móvil para la realización de la actividad y al terminar la misma se les pedirá que se guarden.

Sesión 3:

Tabla 5. Sesión 3. Elaboración adaptada³²

TABLA 5	
¿Y TÚ QUIÉN ERES?	Sesión N. º: 3
	Enfermero/a:
	Fecha: / /
Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> - Distinguir los distintos roles implicados en el AE y la responsabilidad que posee cada uno en el mismo. - Aportar herramientas de actuación frente al AE. 	Material: <ul style="list-style-type: none"> - Post-it - Cartulinas con frases Recursos humanos: <ul style="list-style-type: none"> - 2 enfermeras/os del equipo de atención primaria.
Desarrollo: <ul style="list-style-type: none"> - Actividad 1 “ADIVINA QUIÉN SOY”: (tiempo aprox. 15-20 min) 	

<p>Primero se empezará la actividad escribiendo en un post-it las principales figuras implicadas en el acoso (acosador/a, víctima, y observador/a) y se colocarán en la frente de los alumnos (todo esto con ellos sentados en sus sitios). De esta forma ningún alumno conoce su rol, pero sí el de sus compañeros. A continuación, se darán instrucciones a los participantes para tratar a los demás en función al rol que tienen escrito en su papel.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ El objetivo de esta actividad es que cada alumno descubra que rol le ha tocado basándonos en cómo le traten sus compañeros, diferenciando si son acosador, víctima u observador. Se irán distribuyendo en grupos conforme lo vayan adivinando. ○ Cuando hayan acabado de agruparse se hará especial hincapié en la idea del observador/a como figura independiente y esencial dentro del proceso del acoso, ya que, es el principal eslabón para frenar el mismo. <p>- Actividad 2 “QUÉ SE DEBE HACER Y QUÉ NO SE DEBE HACER”: (tiempo aproximado 20-30 min)</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Se dividen en grupos (como quedaron en la actividad anterior) y se reparten cartulinas en las que se han escrito distintas situaciones de AE y los alumnos deberán identificar en cada una de ellas: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Comportamientos de actuación favorables y desfavorables. ✓ Consecuencias derivadas de una mala actitud. ✓ Medidas de actuación ante dicha situación. ○ Los estudiantes tendrán que colocar a un lado u otro del papel continuo según corresponda a “qué se debe hacer o no se debe hacer”, además de consecuencias y medidas de actuación. En esta actividad es importante insistir en el trabajo en equipo para la toma de decisiones. ○ Después se pondrán en común las decisiones tomadas por cada grupo.
<p>Reflexión enfermera:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Con la primera actividad se ha podido enfatizar más en la empatía. El hecho de vivir una situación incómoda en primera persona, ofrecerá a los alumnos un mayor grado de comprensión a la hora de presenciar una situación de AE lo que los llevará a actuar positivamente ante estos casos involucrándose de una forma u otra. - La actividad 2 aporta ciertas herramientas que pueden servir a la hora de abordar una situación de AE. Esto se consigue clarificando cuáles son los comportamientos favorables y desfavorables.
<p>Observaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Podría ser más rápido si se llevan las frases escritas con antelación en las cartulinas. - A la hora de la puesta en común se debe enfatizar la cooperación entre todos.

Sesión 4:

Tabla 6. Sesión 4. Elaboración adaptada³²

ACABANDO CON EL AE	Sesión N. º: 4
	Enfermero/a:

	Fecha: / /
Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> - Promover hábitos saludables en el entorno escolar contra el AE. - Repasar y recapitular lo aprendido 	Material: <ul style="list-style-type: none"> - 3 cartulinas grandes. - Bolígrafos, lápices, rotuladores (dependiendo de los alumnos que sean). - Proyector y pantalla. (Material audiovisual de la clase) - Folletos para repartir al final de la sesión (tantos como alumnos sean) Recursos humanos: <ul style="list-style-type: none"> - 2 enfermeras/os del equipo de atención primaria.
Desarrollo: <ul style="list-style-type: none"> - Actividad 1: “FOLIO GIRATORIO” (tiempo aprox. 20-30 min) Se comienza dividiendo la clase por subgrupos donde cada uno tendrá un folio en el que pondrá los nombres de los integrantes. Dicho folio irá pasando (en el sentido de las agujas del reloj) de un grupo a otro a la orden de “cambio”. Cuando un grupo recibe el folio de otro, tendrá que escribir aspectos positivos de esas personas que aparecen en el folio. Cada grupo tendrá un color asignado con el que se escribirá estos aspectos positivos. Se dará por finalizado el juego cuando cada grupo reciba su papel. Después se compartirán con toda la clase. - Actividad 2: “NO JUEGUES CONMIGO” (tiempo aprox. 15 min). Se visualizará un cortometraje de 5:31 (Véase Anexo V) minutos de duración. En este vídeo se podrá observar la influencia que tiene el observador a la hora de poner fin al acoso. Una vez acabado el vídeo se hará una reflexión sobre todos los conceptos tratados en estas sesiones y se sacarán conclusiones. - Actividad 3: CUESTIONARIO POST INTERVENCIÓN “¿Cuánto sabes sobre el bullying?” (Tiempo aprox. 10 min) <ul style="list-style-type: none"> o Al igual que al inicio de la intervención se repartirá el mismo cuestionario (Véase Anexo II). Esto servirá para evaluar la eficacia de la intervención y se podrá apreciar en la adquisición de los conocimientos por parte de los alumnos tras las sesiones. o Para finalizar la sesión se dará a cada alumno un tríptico con los diferentes recursos a los que pueden acceder para pedir ayuda en caso de sufrir AE (Véase Anexo VI) 	
Reflexión enfermera: Esta última sesión se centra en recapitular y repasar todos los conceptos y conocimientos aprendidos y experimentados durante las sesiones. Se hablará sobre emociones tanto propias como de los demás y cómo resolver ciertas situaciones de AE enfatizando en que frenarlo es compromiso de todos.	
Observaciones:	

Sesión Complementaria:

Tabla 7. Sesión Complementaria. Elaboración adaptada³⁴

LOS PADRES, UN PILAR FUNDAMENTAL PARA ACABAR CON EL AE	Sesión N. º: 5
	Enfermero/a:
	Fecha: / /

Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> - Informar sobre el acoso escolar a los padres. Conocimientos básicos y medidas de actuación. - Causar un impacto positivo en los alumnos mediante el apoyo de sus padres en caso de necesidad. 	Material: <ul style="list-style-type: none"> - Folletos de la sesión (<i>Véase Anexo V</i>) - Proyector y pantalla. Recursos Humanos: <ul style="list-style-type: none"> - 2 enfermeras/os del equipo de atención primaria.
Desarrollo: (<i>Tiempo aproximado de 30 minutos</i>) Se comenzará la sesión con la presentación del equipo y se mostrará un PowerPoint sobre conceptos del AE (término, identificación, prevención y herramientas de actuación). Todo lo tratado se resumirá en un tríptico que se entregará a todos los padres asistentes (<i>Véase Anexo VII</i>). Se dejarán unos minutos para dudas y cuestiones a profundizar.	
Reflexión enfermera: Con esta sesión se pretende aclarar conocimientos sobre AE a los padres, ofreciéndoles herramientas de actuación y mostrándoles las formas en las que acercarse a sus hijos para que, de este modo, los alumnos vean a sus padres como una figura adulta de apoyo a la hora de pedir ayuda.	
Observaciones:	

V. Cronograma

Tabla 8. Cronograma del proyecto. Elaboración propia

FASES	ACTIVIDAD	PERSONAL ENCARGADO
<u>Septiembre 2023</u> FASE 1: contacto y reclutamiento de la muestra	<ul style="list-style-type: none"> - Captación de participantes y asignación de grupos 	Equipo investigador
<u>Septiembre 2023</u> FASE 2: preparación de cuestionarios, instrumental, equipos y espacios	<ul style="list-style-type: none"> - Reuniones de formación. - Creación de sistema informático de asignación de grupos enmascaramiento. - Obtención del material 	Equipo investigador
<u>De octubre de 2023 hasta junio 2024</u> FASE 3 (Ejecución de la intervención): ✓ Impartición de las sesiones	<ul style="list-style-type: none"> - Impartición de sesiones a los participantes incluidos en el estudio. - Repetición del cuestionario validado CEBU para analizar la incidencia. - Recogida de datos 	Equipo investigador

✓ Repetición del cuestionario de incidencia CEBU		
<u>Julio de 2024</u> FASE 4: Análisis de datos	- Análisis estadístico de los datos.	Equipo estadístico
<u>Julio de 2024</u> FASE 5: Evaluación de resultados	- Reunión del equipo para exponer los resultados y detallar las limitaciones	Equipo investigador
<u>Julio de 2024</u> FASE 6: Redacción y difusión del trabajo	- Elaboración de informe final. - Difusión de resultados en congresos y jornadas.	Equipo investigador

VI. Variables a recoger

Variables socio demográficas:

- Edad: expresada en fecha de nacimiento
- Sexo: hombre/mujer

Variables cualitativas:

- Conocimiento del concepto AE
- Distinción de los roles implicados en el AE
- Reconocimiento de actitudes y habilidades para prevenir el AE
- Descripción de consecuencias derivadas del AE.
- Identificación de la figura de soporte a la que acuden en caso de pedir ayuda.

Variables cuantitativas:

- Frecuencia con la que se presenta el bullying en alumnos.

Instrumentos de medida:

- ✓ Cuestionario de conocimiento sobre acoso escolar. “¿Cuánto sabes sobre el bullying?” (Véase Anexo II)

El cuestionario elaborado *ad hoc* se trata de una herramienta de evaluación autoadministrada que consta de varios tipos de preguntas: 10 preguntas tipo test con varias opciones de respuesta (variables politómicas)

Las preguntas están dirigidas para obtener y evaluar diferentes conceptos claves que se trabajarán en las sesiones, con el fin de poder evaluar la evolución y el logro de objetivos:

Preguntas 1,2,4: aportan información acerca del reconocimiento que tienen los alumnos sobre las actitudes y hábitos saludables necesarios para prevenir el AE.

Pregunta 3: permitirá identificar la figura de soporte que poseen los alumnos a la hora de pedir ayuda. Esto se podrá trabajar en la sesión complementaria para padres durante la intervención.

Preguntas 5, 6: estas preguntas ofrecerán información acerca de los conocimientos que poseen los alumnos sobre el concepto del acoso escolar.

Pregunta 7: permite identificar si el alumno sabe describir las consecuencias derivadas del AE.

Pregunta 8: conocimientos del ciberbullying.

Preguntas 9,10: permite conocer si el alumno realiza una correcta distinción de los roles implicados en el AE.

- ✓ “Cuestionario *para la exploración del bullying* (CEBU)” (Véase Anexo III).

El cuestionario es autoadministrado y puede ser aplicado de manera individual en un tiempo que no excede los 20 minutos.

Dicho instrumento se elaboró con el fin de averiguar con qué frecuencia se presenta el bullying en alumnos de estudios superiores a primaria. El criterio de confiabilidad del

instrumento se denominó mediante el coeficiente de Alfa de Cronbach y se registró un nivel de confiabilidad de 0,933.

El cuestionario CEBU contiene 70 ítems, todos ellos con un formato de respuesta de escalamiento tipo Lickert de cuatro valores numéricos del 1 al 5 donde el uno es nunca, dos es casi nunca, tres es con frecuencia, cuatro es casi siempre y cinco es siempre.

El CEBU se realizará en dos ocasiones; una previa a la impartición de las sesiones, y otra al finalizar el curso académico sobre el mes de junio aproximadamente (en ese momento lo podrán repartir los propios profesores y posteriormente el equipo se encargará de ir a recogerlos)

VII. Análisis estadístico

Se trabajará con un sistema de apoyo informático, que integra todo el paquete de hardware y de software necesario. Se utilizará el paquete estadístico SPSSv24: las variables cuantitativas se prestarán con la media, la desviación típica y las puntuaciones mínima y máxima, y las cualitativas según su distribución de frecuencias. La asociación de variables cualitativas se analizará mediante el Test Chi-cuadrado de Person y la comparación de valores cuantitativos mediante la prueba T de Student en el caso de tener dos grupos y el ANOVA si los grupos a comparar fueran más de dos. Los valores de $p < 0,05$ serán considerados estadísticamente significativos. Se calcularán además el Alfa de Cronbach para valorar la fiabilidad del cuestionario.

VIII. Consideraciones ético-legales

Previa iniciación del programa, se entregará a cada padre/madre o tutor legal responsable de cada alumno escolarizado, el documento de Consentimiento Informado para informar sobre el programa a llevar a cabo (*Véase Anexo I*). Con el citado documento nos referimos a la conformidad que da una persona a la práctica que se va a realizar tras ser informado sobre dicha intervención.

El proyecto se desarrollará en todo momento siguiendo los principios éticos en la declaración de Helsinki, incluyendo la solicitud de consentimiento informado a todos los participantes que se incluirán en el estudio y programa.

Todos los registros y el correspondiente consentimiento informado de cada participante se encontrarán debidamente custodiados por el investigador principal, estando

identificados únicamente por el número asignado de caso, cumpliendo la legislación sobre protección de datos española (la Ley Orgánica 3/2018 de 5 de diciembre de Protección de Datos y Garantía de los Derechos Digitales (LOPDGDD)).

Se solicitará aprobación por el Comité Ético de Investigación del Área de Salud de Valladolid Oeste.

IX. Recursos.

Tabla 9. Recursos a utilizar durante la intervención. Elaboración propia.

SESIONES	RECURSOS MATERIALES	RECURSOS HUMANOS
¿CUÁNTO SABES SOBRE ¿EL BULLYING?	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Bolígrafos ✓ Folios ✓ Fotocopias del cuestionario (dependiendo el número de alumnos en cada clase) ✓ Cartulina y pegamento 	Dos enfermeras/os del equipo de atención primaria.
TEJIENDO LA RED CONTRA EL AE	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Recursos audiovisuales. ✓ 2 madejas de lana. ✓ Objeto representativo del acosador (pelota). 	Dos enfermeras/os del equipo de atención primaria.
¿Y TÚ QUIÉN ERES?	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Post-it. ✓ Cartulinas con frases. 	Dos enfermeras/os del equipo de atención primaria.
ACABANDO CON EL AE	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 3 cartulinas grandes. ✓ Bolígrafos, lápices, rotuladores (dependiendo de los alumnos que sean). ✓ Proyector y pantalla. (Material audiovisual de la clase) ✓ Folletos para repartir al final de la sesión (tantos como alumnos sean) 	Dos enfermeras/os del equipo de atención primaria.
LOS PADRES, UN PILAR FUNDAMENTAL PARA ACABAR CON EL AE	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Folletos de la sesión ✓ Proyector y pantalla. 	Dos enfermeras/os del equipo de atención primaria.

X. Presupuesto.

Tabla 10. Gastos totales del proyecto. Elaboración propia

MATERIALES Y RECURSOS HUMANOS	APORTADO POR Y COSTE TOTAL
Aula	Instalaciones de la comunidad escolar
Ordenador	Aportado por la comunidad escolar
Proyector y altavoces	Préstamo de la comunidad escolar
Material de papelería	Fondos del programa 50 € por grupo
Recursos humanos	No precisa financiación ajena, ya que, se cuenta con los recursos del Centro de Salud del que corresponda el personal.
TOTAL (4 grupos)	200 €

7. RESULTADOS

No procede, ya que no se podrán conocer los resultados ni la elaboración de la discusión hasta el momento de la realización de la investigación, dado que este trabajo es un proyecto de investigación.

8. LIMITACIONES DEL ESTUDIO

En cuanto a la metodología, al tratarse de un estudio cuasi experimental, el principal inconveniente que presenta es la susceptibilidad de presentar sesgos. Debido a la falta de aleatorización, no existe un control absoluto de todas las variables relevantes por esta razón, este estudio es más vulnerable a los sesgos más concretamente, al de selección y confusión. Esto es así porque no existe una asociación real entre la exposición y el evento en estudio ya que entra en acción una tercera variable no controlada. Así mismo, el uso de grupos ya formados puede afectar su validez externa y comprometer la aplicabilidad

de los resultados. Otro inconveniente sería el riesgo de presentar efecto Hawthorne, es decir, un fenómeno psicológico en el que se produce la modificación de la conducta de los sujetos a estudio como consecuencia de saber que están siendo estudiados.

En cuanto a la evaluación de los resultados obtenidos, uno de los instrumentos de medida ha sido elaborado *ad hoc*, por lo que no se encuentra validado y, por consiguiente, no existe una evidencia científica de confiabilidad.

A la hora de extrapolar los resultados como bien se ha mencionado, no es una población heterogénea debido a la falta de aleatorización por lo que no se podrían generalizar.

9. FORTALEZAS DEL ESTUDIO.

A la hora de la captación de la muestra, existe una gran accesibilidad ya que son sujetos escolarizados en centros educativos.

Respecto a la evaluación de los resultados obtenidos, uno de los instrumentos de medida utilizados ha sido registrado con un coeficiente de Alfa de Cronbach de 0,933, considerado un índice de alta confiabilidad.

Este proyecto de investigación, aportará beneficios a la población participante en dicho estudio, ya que ayudará a visibilizar entre los alumnos todas las consecuencias negativas que el acoso escolar provoca y cómo esto se puede evitar promoviendo conductas de respeto en el aula que ayudarán a una mejor convivencia reduciéndose así la incidencia del mismo. Además, también se explican conceptos acerca de la inteligencia emocional y salud mental que ayuden a los alumnos a conocer mejor sus sentimientos y cuándo, cómo y de qué manera pedir ayuda.

Así mismo, cabría destacar el vínculo de trabajo creado entre sanitarios y miembros de la comunidad escolar como profesores, padres, alumnos y el resto de personal del centro ya que esto permite crear una red de comunicación favorable y humanitaria.

11. APLICACIÓN PRÁCTICA CLÍNICA

Los resultados obtenidos en este estudio serán beneficiosos para la comunidad escolar. Servirá de respaldo para evidenciar que las intervenciones enfermeras son eficaces para

abordar el problema planteado desde una prevención primaria y secundaria y se evitará llegar a casos graves mitigando a tiempo aquellas conductas de riesgo. Esto, como bien se ha comentado con anterioridad, se llevará a cabo por el equipo enfermero de atención primaria, ya que una de sus principales funciones es la prevención y promoción de la salud. Por lo tanto, evidenciando la eficacia de esta intervención se ayudará a la creación de más programas e intervenciones enfermeras en este ámbito de la salud.

10. FUTURA LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

Para completar este proyecto en un futuro, sería interesante realizar un estudio de investigación con un grupo control u otra metodología a modo de corroborar y evidenciar lo estudiado con anterioridad. Otra línea a estudiar sería la implicación de los padres en la erradicación del acoso escolar y cómo estos adquieren habilidades y herramientas después de recibir las sesiones de intervención por parte del equipo de enfermería.

Además, sería interesante estudiar la influencia que tiene el bullying a la hora de desarrollar enfermedades psiquiátricas como la depresión o la ansiedad entre los adolescentes. Esto ayudaría a muchos jóvenes a evitar ciertas enfermedades con una prevención temprana del acoso escolar, mejorando así la Salud Mental de la población.

Debido al gran proliferación de las redes sociales y los riesgos a los que se encuentran expuestos los menores en la actualidad, se podrían realizar estudios que analizaran la forma más eficaz de prevenir el ciberbullying mediante intervenciones enfermeras.

12. BIBLIOGRAFÍA

1. Fundación Mutua Madrileña y Fundación ANAR. La Opinión de los estudiantes IV Informe de Prevención del Acoso Escolar en Centros Educativos [Internet]. Fundación Anar. 2022 [citado 16 de febrero de 2023]. Disponible en: https://www.anar.org/wp-content/uploads/2022/09/IV-estudio-acoso-escolar-La-Opinion-de-los-estudiantes_2021-22.pdf
2. Save the Children. Un análisis sobre la salud mental y el suicidio en la infancia y la adolescencia [Internet]. Aumaitre A, Costas E, Sánchez M, Taberner P, Vall J, editores. 2021 [citado 20 de febrero de 2023]. Disponible en: https://www.savethechildren.es/sites/default/files/2021-12/Informe_Crecer_saludablemente_DIC_2021.pdf
3. Alves B/. O/. DeCS [Internet]. Bvsalud.org. [cited 2023 Apr 29]. Available from: https://decs.bvsalud.org/es/ths/resource/?id=54295&filter=ths_termall&q=INTIMIDACI%C3%93N
4. García Montañez MV, Ascensio Martínez CA. Bullying y violencia escolar: diferencias, similitudes, actores, consecuencias y origen. Revista Intercontinental de Psicología y Educación [Internet]. 2015 [citado 10 de febrero de 2023];17(2):9-38. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/802/80247939002.pdf>
5. Magis. Revista Internacional de Investigación en Educación. [citado 28 de mayo de 2023]; Disponible en: <http://magisinvestigacioneducacion.javeriana.edu.co/>
6. Smith PK, Talamelli L, Cowie H, Naylor P, Chauhan P. Profiles of non-victims, escaped victims, continuing victims and new victims of school bullying. British Journal of Educational Psychology [Internet]. 1 de diciembre de 2004 [citado 28 de mayo de 2023];74(4):565-81. Disponible en: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1348/0007099042376427>
7. Fundación ANAR. Estudio ANAR sobre Conducta Suicida y Salud Mental: Solo el 44% de los niños, niñas y adolescentes con conducta suicida ha recibido tratamiento psicológico [Internet]. Fundación ANAR. 2022 [citado 22 de febrero de 2023]. Disponible en: <https://www.anar.org/estudio-anar-sobre-conducta-suicida-y-salud-mental-solo-el-44-de-los-ninos-ninas-y-adolescentes-con-conducta-suicida-ha-recibido-tratamiento-psicologico/>

8. Zych I, Farrington DP, Llorent VJ, Ttofi MM. School bullying in different countries: Prevalence, risk factors, and short-term outcomes. En: SpringerBriefs in Psychology. Midtown Manhattan, New York City: Springer International Publishing; 2017. p. 5-22.
9. Fernández Fernández A. Unican.es. [cited 2023 May 15]. Available from: <https://repositorio.unican.es/xmlui/bitstream/handle/10902/17339/FernandezFernandezAna.pdf?sequence=1>
10. Wolke D. The Nature of School Bullying: A Cross-national Perspective. By P. K. Smith, Y. Morita, J. Junger-Tas, D. Olweus, R. Catalano, and P. Slee. Routledge, Andover, U.K., 1998. pp. 384. £60.00 (hb). The Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines. Cambridge University Press; 2000;41(3):399-404.
11. Tobalino-López D, Dolorier-Zapata RG, Villa-López RM, Menacho I. Acoso escolar y autoestima en estudiantes de educación primaria de Perú. Opcion. 2017;33(84):359-77.
12. Foshee VA, Reyes LMN, Agnew-Brune CB, Simon TR, Vagi KJ, Lee RD, et al. The Effects of the Evidence-Based Safe Dates Dating Abuse Prevention Program on Other Youth Violence Outcomes. Prevention Science [Internet]. 1 de diciembre de 2014 [citado 28 de mayo de 2023];15(6):907-16. Disponible en: <https://link.springer.com/article/10.1007/s11121-014-0472-4>
13. Álvarez-García D, González-Castro P, Núñez JC, Rodríguez C, Cerezo R. Impact of family and friends on antisocial adolescent behavior: The mediating role of impulsivity and empathy. Front Psychol [Internet]. 2019;10:2071. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02071>
14. Pouwels JL, van Noorden THJ, Lansu TAM, Cillessen AHN. The participant roles of bullying in different grades: Prevalence and social status profiles. Social Development. 1 de noviembre de 2018;27(4):732-47
15. Crespo Y. El acoso escolar: bullying. Tarea [Internet]. 2019 [citado 23 de febrero de 2023];162:127-40. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/5350/535059263011/html/>
16. Maunder RE, Crafter S. School bullying from a sociocultural perspective. Aggress Violent Behav [Internet]. 2018;38:13-20. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1016/j.avb.2017.10.010>
17. Pimentel F de O, Cristina CPDM, Dapieve Patias N. Víctimas de bullying, síntomas depresivos, ansiedad, estresse e ideação suicida em adolescentes. Acta Colomb Psicol [Internet]. 2020;23(2):205-40. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.14718/acp.2020.23.2.9>
18. Wolke D, Lereya ST. Long-term effects of bullying. Arch Dis Child [Internet].

- 2015;100(9):879-85. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1136/archdischild-2014-306667>
19. Saroyan J. Bullying affects the core self of children. *Peace Rev* [Internet]. 2019;31(1):24-33. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1080/10402659.2019.1613592>
 20. Francese Xavier U-M, Navarro-Pérez J-J, José Vicente P-C. Adolescentes y drogas: su relación con la delincuencia. *Rev Estud Soc* [Internet]. 2016;58(58):63-75. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.7440/res58.2016.05>
 21. El Debate. Siete de cada diez niños sufren acoso y ciberacoso en España [Internet]. *El Debate*. 2022 [citado 16 de febrero de 2023]. Disponible en: https://www.eldebate.com/familia/20221103/siete-cada-diez-ninos-sufren-acoso-ciberacoso-espana_70153.html
 22. StopBullying.gov [Internet]. [citado 28 de mayo de 2023]. Disponible en: <https://espanol.stopbullying.gov/>
 23. Patchin JW, Hinduja S. Deterring teen bullying: Assessing the impact of perceived punishment from police, schools, and parents. *Youth Violence Juv Justice* [Internet]. 2018;16(2):190-207. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1177/1541204016681057>
 24. Cómo los padres, maestros y niños pueden evitar la intimidación o acoso escolar [Internet]. [citado 28 de mayo de 2023]. Disponible en: <https://www.apa.org/topics/bullying/intimidacion>
 25. Fernández Fernández A. Unican.es. [cited 2023 May 15]. Available from: <https://repositorio.unican.es/xmlui/bitstream/handle/10902/17339/FernandezFernandezAna.pdf?sequence=1>
 26. Arrarás JI, Manrique E. How depression and its treatment are perceived. *An Sist Sanit Navar* [Internet]. 2019;42(1):5-8. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.23938/ASSN.0591>
 27. Diaz Kuaik I, De la Iglesia G. Ansiedad: conceptualizaciones actuales. *Summa Psicol* [Internet]. 2019;16(1). Disponible en: <http://dx.doi.org/10.18774/0719-448x.2019.16.1.393>
 28. Mendoza Castro D, Macancela Quezada S. Relación entre bullying y depresión en adolescentes [Internet]. [Cuenca]: Universidad del Azuay; 2021 [citado 21 de febrero de 2023]. Disponible en: <https://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/12337/1/17864.pdf>
 29. FernándezA. Unican.es. [cited 2023 May 15]. Available from: <https://repositorio.unican.es/xmlui/bitstream/handle/10902/17339/FernandezFernandezAna.pdf?sequence=1>

30. Peñaherrera Oviedo C, Soria Viteri J. Pregunta de investigación y estrategia PICOT. Medicina [Internet]. 2015;19(1):66. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.23878/medicina.v19i1.647>
31. Smokowski PR, Kopa sz KH. Bullying in school: An overview of types, effects, family characteristics, and intervention strategies. Child Sch [Internet]. 2005;27(2):101-10. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1093/cs/27.2.101>
32. Zumaquero Toledo L, Vázquez Aguilar M, García Gámez M. Programa de educación para la salud sobre el acoso escolar (“Acosando al acoso”) para estudiantes de 8 a 12 años. RqR Enfermería Comunitaria, ISSN-e 2254-8270, Vol 7, N° 2, 2019, págs 39-54 [Internet]. 2019 [citado 28 de mayo de 2023];7(2):3954. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7071354&info=resumen&idioma=SPA>
33. GÓMEZ, Miguel Ángel Estrada; DIPP, Adla Jaik. Cuestionario para la exploración del bullying. *Visión educativa IUNAES*, 2011, vol. 5, no 11, p. 45-49. Disponible en : [file:///C:/Users/Admin/Documents/UNI/TFG/TFG/TFG%20DEFINITIVO/textos/Dialnet-CuestionarioParaLaExploracionDelBullying-4034505%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/Admin/Documents/UNI/TFG/TFG/TFG%20DEFINITIVO/textos/Dialnet-CuestionarioParaLaExploracionDelBullying-4034505%20(2).pdf)
34. Ferrer Guimerá I. Uoc.edu. [cited 2023 May 14]. Available from: <https://openaccess.uoc.edu/bitstream/10609/112786/6/mferrerguiTFG0120memoria.pdf>
35. CUESTIONARIO BULLYING - Detalles - Kahoot! [Internet]. [citado 28 de mayo de 2023]. Disponible en: <https://create.kahoot.it/share/cuestionario-bullying/d22533a1-a72a-49f4-85ea-52d5ba40d49b>
36. Cortometrajes sobre el acoso escolar | EDUCACIÓN 3.0 [Internet]. [citado 28 de mayo de 2023]. Disponible en: <https://www.educaciontrespuntos.com/recursos/acoso-escolar-cortometrajes/>

ANEXOS

ANEXO I: CONSENTIMIENTO INFORMADO

Elaboración Propia.

TÍTULO DEL ESTUDIO	“Eficacia de una intervención enfermera para la prevención de acoso escolar”
--------------------	--

Yo, D/Dña....., con DNI/pasaporte número....., en mi condición de Padre/Madre/Tutor legal de

D/Dña.....con DNI/pasaporte en vigor con número

....., doy mi autorización mediante el presente documento para que mi hijo/a

participe en el estudio clínico denominado “*Eficacia de una intervención enfermera para la prevención de acoso escolar*”, que se realizará en el centro en el que se encuentra escolarizado el menor mencionado anteriormente, del cual conozco todos sus riesgos y fines.

En ade de

Fdo.

.....
.....

ANEXO II: CUESTIONARIO PRE-POST PARA LA EVALUACIÓN DE LA EFICACIA DE LA INTERVENCIÓN.

Elaboración propia adaptada³²

¿CUÁNTO SABES SOBRE EL BULLYING?

Anónimo.

EDAD (Fecha de nacimiento):

SEXO: F/M

1. Un grupo de amigos y amigas tuyos molesta de forma permanente a un chico del curso. Le hacen bromas pesadas, lo empujan al salir de clase, le quitan sus cosas. Tú...

- a. Observas la situación, pero no te metes. No estás de acuerdo con este tipo de actitudes.
- b. Te sumas a las agresiones. Si no lo haces, podrías quedar fuera del grupo.
- c. Intervienes cuando lo molestan, y les pides a tus amigos que dejen de hacerlo porque no está bien.

2. Un compañero de curso habló con uno de los profesores y le contó que una chica está sufriendo humillación por parte de algunos compañeros ¿Qué piensas?

- a. Creo que esas cosas se quedan entre nosotros y no se lo debería decir a los profesores.
- b. Me parece necesario en este caso pedir ayuda a un adulto.
- c. Si la chica necesita ayuda, debe pedirla ella misma. Los demás no debemos meternos.

3. A diario, tus compañeros te molestan y te amenazan con golpearte si no haces lo que ellos dicen. Tú decides pedir ayuda y hablas con...

- a. Tus padres.
- b. Con un amigo de confianza.
- c. El tutor de clase.

d. Prefiero no contárselo a nadie y dejarlo pasar.

4. ¿Qué puedo hacer para detener el bullying? Marca todas las que correspondan.

a. Quedarme callado y mirar para otro lado.

b. Con mis compañeros y compañeras, ir a decirle al agresor que pare.

c. Contárselo al profesor o a algún adulto de la escuela.

d. Decírselo a mis padres.

e. Ayudar a crear o fortalecer el programa de prevención del bullying de mi escuela.

5. Para ti el bullying es...

a. Algo normal que pasa mientras crecemos.

b. Una broma, un juego.

c. Es un abuso y causa dolor.

6. ¿A quién afecta el bullying?

a. A los niños, niñas o jóvenes que sufren el bullying.

b. A los niños, niñas o jóvenes que lo ven, los testigos.

c. A los que atacan.

d. A todos.

7. ¿Cuáles son algunas de las consecuencias del bullying? Marca todas las que correspondan.

a. Sentir miedo.

b. Abandonar la escuela.

c. Bajas calificaciones.

d. No tiene consecuencias.

8. ¿Cuáles de las afirmaciones siguientes hacen referencia al ciberbullying?

a. El uso de dispositivos informáticos para hablar con gente desconocida.

- b. Acoso a través de las redes sociales.
- c. Entrar en páginas de sexo y violencia.
- d. Entrar en redes sociales para publicar información sobre una persona sin su consentimiento con la intención de hacerle daño.

9. La utilización de la violencia, es una característica de...

- a. Acosador.
- b. Observador.
- c. Víctima.
- d. Ninguno.

10. El principal responsable de parar el acoso es...

- a. Observador
- b. Agresor
- c. Víctima
- d. Un adulto

ANEXO III: CUESTIONARIO PRE-POST PARA LA EVALUACIÓN DE LA EFICACIA DE LA INTERVENCIÓN.

Elaboración adaptada³³

“Cuestionario para la exploración del bullying (CEBU)”

CUESTIONARIO PARA LA EXPLORACIÓN DEL BULLYING

No.	Durante mi estancia en la Escuela, con que frecuencia alguno de mis compañeros:	Nunca	Casi nunca	Con frecuencia	Casi siempre	Siempre
1	Me ha pateado					
2	Me ha empujado					
3	Me ha sapeado					
4	Me ha dado puñetazos					
5	Me ha golpeado con objetos					
6	Me ha encerrado					
7	Me ha criticado					
8	Me ha escondido algo					
9	Me ha robado algo					
10	Me ha dañado alguna pertenencia					
11	Esparce rumores falsos sobre mí					
12	Me prohíbe integrarme en actividades grupales					
13	Me imita de manera burlesca					

No.	Durante mi estancia en la Escuela, con que frecuencia alguno de mis compañeros:	Nunca	Casi nunca	Con frecuencia	Casi siempre	Siempre
14	Me llama por apodo					
15	Presenta una imagen falsa de mí a otros compañeros					
16	Me obliga a hacer cosas que no deseo					
17	Me excluye del grupo					
18	Me impide que opine sobre cualquier tema					
19	Me amenaza con dañar alguna de mis pertenencias					
20	Amenaza con golpearme					
21	Se dirige a mí por medio de insultos					
22	Me amenaza con esparcir un rumor falso sobre mí					
23	Me apoda de alguna forma por cumplir con las tareas					
24	Se burla cuando participo en clase					
No.	Durante mi estancia en la Escuela, con que frecuencia he realizado las siguientes acciones hacia alguno de mis compañeros	Nunca	Casi nunca	Con frecuencia	Casi siempre	Siempre
25	Patearlo					
26	Empujarlo					
27	Sapearlo					
28	Darle puñetazos					
29	Golpearlo con objetos					
30	Encerrarlo					
31	Criticarlo					
32	Esconderle algo					
33	Robarle algo					
34	Dañarle alguna pertenencia					
35	Esparcir rumores falsos sobre él					
36	Prohibirle integrarse en actividades grupales					
37	Imitarlo de manera burlesca					
38	Lamarlo por apodo					
39	Presentar una imagen falsa de él a mis otros compañeros					
40	Obligarlo a hacer cosas que no desea					
41	Excluirlo del grupo					
42	Impedirle que opine sobre algún tema					
43	Amenazarlo con dañarle alguna pertenencia					
44	Amenazar con golpearlo					
45	Dirigirme a él por medio de insultos					
46	Amenazarlo con esparcir un rumor falso sobre él					
47	Lamarlo por algún apodo por cumplir con las tareas					
48	Burlarme cuando participa en clase					

No.	Durante mi estancia en la Escuela, con que frecuencia he observado que alguno de mis compañeros	Nunca	Casi nunca	Con frecuencia	Casi siempre	Siempre
49	Es pateado					
50	Es empujado					
51	Es sapeado					
52	Es golpeado con puñetazos					
53	Es golpeado con objetos					
54	Es encerrado					
55	Es criticado					
No.	Durante mi estancia en la Escuela, con que frecuencia he observado que a alguno de mis compañeros:	Nunca	Casi nunca	Con frecuencia	Casi siempre	Siempre
56	Le esconden algo					
57	Le roban algo					
58	Le dañan alguna pertenencia					
59	Esparcen rumores falsos sobre él					
60	Le prohíben integrarse en actividades grupales					
61	Lo imitan de manera burlesca					
62	Lo llaman por apodo					
63	Presentan una imagen falsa de él					
64	Es obligado a hacer cosas que no desea					
65	Es excluido del grupo					
66	Le impiden que opine sobre cualquier tema					
67	Es amenazado con dañarle alguna pertenencia					
68	Es amenazado de golpes					
69	Se dirigen a él por medio de insultos					
70	Lo amenazan con esparcir un rumor falso sobre él					

Clave de corrección:

Serán válidos y, por consiguiente, se aceptarán los resultados del cuestionario al cumplirse la regla $> 70\%$, es decir, que se respondió en un porcentaje mayor al 70%. Sobre esto, se considera necesario que el cuestionario tenga contestados por lo menos 49 de los 70 ítems que lo conforman, en caso contrario se anulará el cuestionario en lo particular. Para su interpretación es necesario obtener el índice general y el índice por cada una de las partes que corresponden a los actores del bullying; se recomienda seguir los siguientes pasos:

- A cada respuesta de la escala se le asigna los siguientes valores: 1 = nunca, 2 = casi nunca, 3 = con frecuencia, 4 = casi siempre y 5 = siempre.
- Se calcula el promedio de los puntos obtenidos totales y en cada una de las partes. Con el promedio se interpreta la frecuencia de bullying, así como la frecuencia de cada uno de los actores con el siguiente baremo: de 1 – 1.6: baja; de 1.7 – 3.3: media; de 3.4 – 5.0: alta.

ANEXO IV: KAHOOT SOBRE EL BULLYING

Elaboración propia de un cuestionario de Kahoot sobre el bullying adaptado³⁵

Kahoot!


Cuestionario Bullying

**¿Qué es el bullying?**

- A. Maltrato psicológico, verbal o físico producido entre familias.
- B. Cuando recibes una llamada de atención por parte de un profesor.
- C. Cuando un niño es amenazado, molestado... a través de internet.
- D. Acoso físico o psicológico al que someten, de forma continuada, a un alumno.

**El concepto de ciberbullying es...**

- A. Cuando un niño es amenazado a través de internet.
- B. La víctima sufre mediante la victimización o desvalorización.
- C. Acoso en casa por parte de la familia
- D. Acoso en el colegio (pegar, humillar, infravalorar...)

**¿Cómo se caracterizan las víctimas de bullying?**

- A. Débiles , baja autoestima, comunicación pobre...
- B. Risueños, felices...
- C. Fuertes, agresivos, impulsivos...
- D. Tratan de aprobar las agresiones, no se implican.

**¿Dónde suele presentarse el bullying?**

- A. En la calle
- B. En casa
- C. Todas son correctas.
- D. En el colegio (patio, pasillo , en clase...)

**El bullying....**


- A. Es cosa de dos personas (víctima y acosador)
- B. Puede tener consecuencias negativas en la víctima y el ambiente de la clase.
- C. Es una broma pesada
- D. El observador no tiene responsabilidad en el tema.

**¿Qué nombre reciben las personas que realizan bullying?**


- A. Víctima
- B. Cómplice
- C. Agresor
- D. Defensor

**¿Cuáles son los tipos de bullying o acoso escolar?**

- A. Físico y verbal.
- B. Físico y Psicológico.
- C. Psicológico y social.
- D. Todas son correctas

**¿ Si ayudas al agresor eres cómplice?**

- A. Verdadero
- B. Falso

**¿ Qué puedo hacer para frenar el bullying?**

- A. Devolvérsela al agresor y pegarle a él.
- B. Ayudar a los agresores y ser cómplice.
- C. Pedir ayuda a un profesor o adulto y apoyar a la víctima y no dejarla sola.
- D. Quedarme callado y no meterme en el tema.

**Personas a las que les afecta el bullying...**

- A. Víctima.
- B. Acosador
- C. Observador
- D. Todas son correctas.

ANEXO V: VÍDEO DE REFLEXIÓN SOBRE EL BULLYING

Cortometraje dirigido a alumnos de entre 10 y 14 años (36). En este vídeo se pretende que el alumnado reflexione sobre la importancia que tiene la presión grupal en la mayoría de casos de bullying, es decir, se pretende visualizar la importancia de la figura del observador para frenar los casos de acoso escolar.

La historia del vídeo muestra la influencia negativa que causa el acosador (bully) sobre el resto: el protagonista inventa un cruel ‘juego’ que implica la discriminación hacia otro compañero con el objetivo de divertir a los demás. Al principio, puede parecer que las propuestas del acosador tienen componentes de juego gracioso e ingenuo, pero no lo son, porque los juegos no hacen daño tanto físico ni psíquico hacia los demás. Mediante esta historia, los estudiantes pueden identificar como cercano este escenario que se puede producir en clase y conocen los peligros que conlleva adoptar actitudes que no sean hacer frente al "bullying".



ANEXO VI: TRÍPTICO DE COMPLEMENTO A LA SESIÓN 4

Elaboración propia.



**¿DÓNDE BUSCAR
AYUDA?**

Si estás siendo víctima de acoso escolar, es importante que busques ayuda inmediatamente. Aquí tienes algunos recursos que pueden ayudarte :


- **HABLA CON UN ADULTO DE CONFIANZA:** puede ser un profesor, el orientador del colegio, un padre o un familiar. Cuéntales lo que está sucediendo y pídeles ayuda.
- **LLAMA A UNA LÍNEA DE AYUDA:** en Castilla y León es 900 018 018. Para recibir apoyo y asesoramiento.
- **BÚSCA AYUDA EN LÍNEA:** hay muchas organizaciones que ofrecen recursos y apoyo en línea, como la fundación ANAR y Ayuda en Acción.

RECUERDA...

- FOMENTA EL RESPETO Y LA INCLUSIÓN.
- USA LAS REDES SOCIALES DE MANERA RESPONSABLE.
- PRACTICA EL ROLE-PLAYING.

ANEXO VII: TRÍPTICO DE LA SESIÓN COMPLEMENTARIA.

Elaboración propia.



JUNTOS CONTRA EL BULLYING

¿Qué es el bullying?

Es el acoso, la intimidación o la violencia física, psicológica o verbal repetitiva que tiene lugar en una situación de desequilibrio de poder entre el agresor o agresores y la víctima.


¿Cómo prevenir el bullying?

- **Habla** con tus hijos **sobre el bullying**.
- Enséñales a **respetar** a los demás.
- Fomenta la **empatía** y el **respeto** por la diversidad.

¿Qué hacer si tu hijo es víctima de bullying?

- **Escucha** a tu hijo y hazle saber que no está solo.
- **Contacta** con el profesor o el director de la escuela para proteger a tu hijo.
- Considera **buscar ayuda** profesional.

- Enséñales a **pedir ayuda** si son víctimas de bullying o si ven a alguien que lo es.
- Establece **normas claras y consecuencias** para el bullying en casa y en la escuela.
- Anima a los niños a **participar en actividades extracurriculares y deportivas** para desarrollar habilidades sociales y de liderazgo.
- Ayuda a la comunidad escolar a prevenir y actuar contra el acoso escolar.



Conclusiones

- Prevenir el bullying es responsabilidad de todos.
- Trabajemos juntos para crear un ambiente seguro y respetuoso para nuestros hijos.

Fundaciones para pedir ayuda

- [Fundación ANAR - Ayuda a Niños y Adolescentes en Riesgo](#)
- [Fin al acoso escolar - Fundación ANAR](#)
- [Fundación Colacao](#)