



Universidad de Valladolid

FACULTAD DE EDUCACIÓN Y TRABAJO SOCIAL

MÁSTER EN PSICOPEDAGOGÍA

CURSO 2024/2025

TRABAJO DE FIN DE MÁSTER:

**DE LA PANTALLA AL ACOSO: COMO PREVENIR EL
CIBERBULLYING EN ADOLESCENTES**

Autora: Paula Morquecho Villarán

Tutor: Jesús Redondo Pacheco

Valladolid, junio de 2025

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	7
2. OBJETIVOS	9
3. JUSTIFICACIÓN	10
4. MARCO TEÓRICO.....	16
4.1 Definición De Cyberbullying.....	16
4.1.1 Diferencia Entre El Concepto De Bullying Y Cyberbullying	16
4.1.2 Características Del Cyberbullying, Sexting Y Grooming	20
4.2 Cyberbullying En La Adolescencia	23
4.2.1 Factores Protectores Y De Riesgo.....	23
4.2.2 Consecuencias Emocionales, Sociales Y Educativas/Laborales Del Cyberbullying.....	25
4.2.3 Factores Asociados Al Desarrollo De La Adolescencia	29
4.2.4 Influencia De Las Redes Sociales En La Adolescencia	33
4.3 Marco Normativo Y Medidas De Intervención.....	39
4.3.1 Legislación Nacional Sobre El Cyberbullying.	39
4.3.2 Actuación Desde Las Instituciones Educativas Y Programas Enfocados En El Cyberbullying.....	42
5. METODOLOGÍA.....	47
5.1 Enfoque Metodológico	47
5.1.1 Descripción Del Enfoque Utilizado Para El Diseño Del Programa.....	47
5.2 Objetivos Del Programa	52
5.2.1 Objetivos Generales Y Específicos	52
5.2.2 Competencias Y Contenidos	54
5.3 Diseño Del Programa	55
5.3.1 Fases Y Componentes Principales Del Programa.....	55
5.3.2 Participantes.....	57
5.3.3 Diseño de actividades (recursos).....	58
5.4 Implementación Del Programa.....	64
5.4.1 Ámbito De Aplicación	64
5.4.2 Temporalización	65
5.5 Evaluación Del Programa	67

5.5.1 Métodos De Evaluación.....	67
6. LIMITACIONES Y BARRERAS	68
7. CONCLUSIONES	70
8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	72
9. ANEXOS	90

Agradecimientos

A mis padres, Jose y Ana, por creer siempre en mí y darme la oportunidad de convertirme en maestra y psicopedagoga, ni en mil vidas podré agradecerlos todo lo que hacéis y habéis hecho por mí, espero que estéis tan orgullosos de ser mis padres como lo estoy yo de ser vuestra hija.

A mi hermana Lucia, por acompañarme en este camino.

A mi abuela Pilar, porque, aunque no pudo llegar a verlo sabía que lo conseguiría

Y sobre todo a la Paula del presente por no rendirse nunca a pesar de las dificultades del camino.

RESUMEN

La realidad problemática del ciberbullying impacta directamente en estudiantes en su etapa adolescente, generando de esta forma una serie de consecuencias emocionales, personales, sociales y académicas importantes. Este TFM se centra en el desarrollo y diseño de un programa de prevención contra el ciberacoso, dirigido a los jóvenes adolescentes cuyo objetivo es evitar que el ciberbullying alcance mayor protagonismo, tanto fuera como dentro de las aulas, y, sobre todo, tener algunas nociones básicas sobre cómo prevenirlo.

Este programa se organiza en tres bloques diferentes, dentro de cada uno de ellos se encuentran cuatro actividades para conocer un poco más sobre esta práctica y poder prevenir dichas situaciones. Dentro de estas actividades adaptadas a la edad de los participantes, se abordan aspectos como la empatía, el respeto, la tolerancia, así como el uso seguro de internet junto con la identificación de conductas negativas fomentando la comprensión y el desarrollo de habilidades sociales enfocadas a las tecnologías.

La evaluación de la calidad de la propuesta considera realizar cuestionarios iniciales y finales tras su intervención junto con técnicas de evaluación para conocer el aprendizaje de los participantes. Los resultados que se esperan hacen referencia al aumento de conciencia social, requiriendo una intervención completa promoviendo entornos seguros e integradores.

Palabras clave: ciberbullying, adolescentes, sensibilización, internet, redes sociales, prevención.

ABSTRACT

The problematic reality of cyberbullying has a direct impact on students in their adolescent stage, thus generating a series of important emotional, personal, social, and academic consequences. This TFM focuses on the development and design of a prevention programme against cyberbullying, aimed at young adolescents, whose objective is to prevent cyberbullying from becoming more prominent, both outside and inside the classroom, and, above all, to have some basic notions about how to prevent it.

This programme is organised in three different blocks, within each of them there are four activities to learn a little more about this practice and to be able to prevent such situations. Within these activities, adapted to the age of the participants, aspects such as empathy, respect, tolerance, as well as the safe use of internet and the identification of negative behaviours are addressed, promoting understanding and the development of social skills focused on technologies.

The evaluation of the quality of the proposal considers initial and final questionnaires after the intervention together with evaluation techniques to assess the learning of the participants. The expected results refer to the increase of social awareness, requiring a comprehensive intervention promoting safe and inclusive environments.

Keywords: cyberbullying, adolescents, awareness raising, internet, social networks, prevention, social media, social media.

1. INTRODUCCIÓN

El ciberacoso es un ataque amenazante y de humillación que sufren muchos adolescentes por parte de otros menores de edad, en su gran mayoría a través de internet, diferentes sitios webs o redes sociales. Este consiste en compartir o publicar, sin consentimiento, contenido negativo o incierto de otra persona a través de imágenes, videos o textos.

Algunos expertos en el ciberacoso afirman que éste se debe a un uso voluntario y negativo de las tecnologías. Según Carmona-Rojas et al. (2023), el ciberacoso entre iguales hace referencia al uso deliberado de las tecnologías digitales por parte de menores de edad en su gran mayoría, con el objetivo de causar una situación de humillación a otra persona. Se trata de una conducta premeditada y reincidente a través de mensajes hirientes y que se lleva a cabo en entornos digitales.

En el Trabajo de Fin de Máster que posteriormente se presenta para la obtención del máster universitario en Psicopedagogía, se realiza una búsqueda bibliográfica sobre el ciberbullying durante la etapa de la adolescencia, así como la creación de un plan de prevención dentro del contexto formal en centros educativos y del contexto no formal a través de asociaciones y fundaciones relacionadas con el ciberacoso en los más jóvenes.

En primer lugar, se abordará el marco teórico de este trabajo, a través de una revisión bibliográfica e investigación de documentos relacionados con el concepto y causalidad del ciberbullying, unido a las características y las consecuencias asociadas a este fenómeno.

Para una mejor comprensión de la temática se desarrollan diferentes conceptos como el acoso escolar o el ciberbullying, junto con sus diferencias, además de los factores que pueden

afectar en la etapa adolescente y diversas teorías, perspectivas, programas o normativas legales que dan respuesta a este comportamiento, que han servido como recurso informativo y fuente de inspiración para llevar a cabo el plan de prevención.

En segundo lugar, se expondrá el desarrollo de dicho plan junto con sus características. Este apartado es clave para dar respuesta al contexto, temporalización, integrantes, materiales y recursos utilizados para el planteamiento de este TFM, pudiendo, de esta manera, concretar un plan de actuación en este grupo de edad para evitar sucesos futuros.

Finalmente, en el apartado de las conclusiones, se reflexionará sobre la creación de dicho TFM, del mismo modo que lo aprendido y estudiado. Se abordarán las dificultades encontradas, así como la previsión y anticipación de acciones para prevenir el ciberacoso y adquirir la posibilidad de poder llevarlo a cabo tanto en un aula como en un espacio de educación no formal.

Para completar el Trabajo de Fin de Máster, al final se encuentran las referencias bibliográficas con los autores y elementos citados para la creación de este programa siguiendo la normativa APA en su 7ma. edición además de los anexos correspondientes a los diferentes apartados.

2. OBJETIVOS

El estudio del ciberbullying y su posterior programa de prevención en la adolescencia va a estar enfocado en un objetivo principal basado en diseñar un programa de intervención para la prevención en situaciones de ciberacoso en adolescentes, seguido de una serie de objetivos específicos:

1. Analizar el ciberbullying a través de sus características y consecuencias en los adolescentes.
2. Examinar las repercusiones y efectos negativos psicológicos, educativos y sociales que experimentan las víctimas, los ciberacosadores y su entorno.
3. Valorar la eficiencia y eficacia de los programas de prevención utilizados en los últimos años en el ámbito educativo y comunitario.
4. Crear un programa de prevención del ciberacoso con estrategias de actuación y concienciación en adolescentes.

3. JUSTIFICACIÓN

En este apartado se van a explicar las diversas razones que sustentan la importancia de diseñar un plan de intervención para la prevención del ciberacoso en la adolescencia, además de su sensibilización. Por este mismo motivo, se van a concretar diferentes interrogantes desde cuestiones y curiosidades personales hasta aportaciones teóricas.

Para concluir, es necesario hacer referencia a una fundamentación basada en las competencias del Máster en Psicopedagogía de la Universidad de Valladolid que se desarrollan a través de la creación de este trabajo.

Durante este año en el que me he formado en estudios superiores como el Máster en Psicopedagogía, he podido comprender la importancia de la educación dentro del ámbito formal y no formal y la necesidad de adquirir una serie de conocimientos en la orientación y apoyo para las personas en diferentes etapas de su vida, siendo la adolescencia la que me ha generado más interés.

Las diversas asignaturas cursadas han sido muy importantes para mi formación y, por ende, he adquirido la capacidad de obtener una visión y perspectiva diferente sobre cómo trabajar con las personas en varios ámbitos de su vida, desde personas con necesidades educativas específicas hasta colectivos en riesgo de exclusión social por su nivel socioeconómico o por su etnia.

Por este mismo motivo, ha aflorado en mi la curiosidad e inquietud en la temática del ciberbullying en la adolescencia ya que considero que, actualmente este fenómeno cada vez es más conocido y la población muestra más interés por ella, es necesario saber cómo y cuándo abordarlo y prevenirlo. Al investigar en profundidad fui consciente del desconocimiento que tenía al respecto.

Al elegir el tema para mi TFM, decidí enfocarme en una situación que podría haber surgido durante mi adolescencia. De este modo, conocí los conceptos de bullying y ciberbullying

valorando este hecho como una oportunidad para indagar en el tema y, sobre todo, poder contribuir a la prevención para evitar este tipo de acoso.

El programa de prevención contra el ciberacoso tiene como objetivo la creación de una serie de actividades o sesiones, tanto informativas como prácticas, para la prevención, detección y confrontación de este hecho, concretamente en los adolescentes, teniendo en cuenta los diferentes roles que pueden jugar en este fenómeno.

La falta de información sobre el concepto de ciberbullying no solo afecta a los adolescentes sino también a sus familias y a su entorno más cercano.

En ese sentido, y de acuerdo con García-Sánchez (2023):

Los estudios realizados sobre el ciberbullying son relativamente nuevos ya que este fenómeno aparece a la par que el Internet en el mundo, con el aumento de personas conectadas a la red, principalmente en el tiempo de pandemia donde dependíamos de las redes para trabajar, estudiar y comunicarnos (p.3).

Por ello, dentro del programa de prevención, es importante incluir charlas informativas o campañas de concienciación.

Por otro lado, para prevenir este fenómeno hay que comenzar en las escuelas, por ello, la labor de diferentes asociaciones españolas como “ANAR” (La Fundación de Ayuda a Niños, Niñas y Adolescentes en Riesgo) es imprescindible ya que su trabajo interviene directamente en la vida de los niños gracias a la colaboración que presta con centros educativos de España, implementando planes informativos y preventivos para acabar con el ciberbullying en las aulas.

Además de la gran labor que realizan los diferentes docentes en los colegios, hay que tener en cuenta que cualquier ayuda es necesaria en este tipo de situaciones por lo que recibir apoyo externo a través de asociaciones también es necesario.

De esta manera, la asociación mencionada anteriormente, ANAR (2024), ha lanzado el programa “Prevención de la violencia escolar y ciberbullying” en el municipio de Elche para sensibilizar a la comunidad educativa sobre el acoso escolar y el ciberbullying en las aulas.

Con respecto a la intervención que se realizan en las aulas por parte de diferentes asociaciones y expertos en el tema, también hay que tener en cuenta el progreso que ha tenido la digitalización a lo largo de los años y cómo se han visto afectadas la vida de las personas a causa de ello.

De igual forma, este avance tecnológico tan veloz ha modificado la perspectiva de las personas de enfrentarse al futuro. Así, según la Fundación SERES (2021), el impacto de la era digital se ha visto traducido en cambios de comportamiento de las personas, así como los diferentes modelos de trabajo y aprendizaje o en la forma de relacionarnos.

En este sentido, algunos autores como Del Río et al. (2009), afirman que, a causa del progreso tecnológico, las relaciones interpersonales han cambiado. Este hecho ha supuesto la modificación entre los límites culturales y características socioeconómicas de diferentes núcleos de población.

Por otro lado, este crecimiento tecnológico, tal y como afirman Buelga et al. (2010), ha supuesto nuevas maneras de crear situaciones incómodas e intimidantes que pueden propagarse con gran rapidez dirigido a un círculo de personas bastante amplio.

Como consecuencia de la evolución tecnológica, la aparición de nuevos fenómenos y conceptos se han extendido entre los jóvenes. Anteriormente, la definición de acoso escolar ha sido la más escuchada en el ámbito educativo, pero hay que tener en cuenta que con el paso del tiempo han surgido otros fenómenos que tiene por objetivo el mismo fin.

Como señala Garaigordobil (2011), el concepto de acoso escolar tradicional ha experimentado una transformación importante debido a la influencia de la digitalización, dando lugar al fenómeno denominado ciberbullying.

A causa de esta evolución tan veloz del concepto de ciberacoso, algunas comunidades autónomas en España como la Comunidad de Madrid o Andalucía han creado diferentes propuestas didácticas dirigidas a contextos escolares que ofrecen una serie de pautas y actuaciones para evitar este fenómeno tan sonado.

De este modo, la Junta de Andalucía (s.f.) ha creado un proyecto para la prevención del ciberbullying titulado “Decálogo Prevención Ciberacoso Guía para las Familias” donde ofrecen pautas para abordar este tipo de situaciones con sus hijos, como una transmisión de valores basada en la confianza, el uso seguro de internet hasta la adquisición del rol de persona responsable ante lo que dice o pública.

Por otro lado, Luengo (2011) propone, en la Comunidad de Madrid, un protocolo para la prevención e identificación de este tipo de situaciones en entornos digitales incluyendo recursos para sensibilizar a la comunidad educativa sobre esta problemática, a través de la ejemplificación de diferentes escenarios que pueden surgir hasta el trabajo con el alumnado para prevenir un mal uso de internet junto con un manual para trabajar el ciberacoso con los alumnos de diferentes etapas educativas.

Llegados a este punto, es importante definir con exactitud las competencias específicas y generales que están vinculadas con este TFM.

En relación con las competencias generales, este TFM se relaciona con dos de estas competencias, ya que este trabajo se centra en la aplicación de conocimientos psicopedagógicos, así como en el buen uso de las TIC para el desarrollo de una buena práctica, a saber: 1. “Tomar

decisiones a partir del análisis reflexivo de los problemas, aplicando los conocimientos y avances de la psicopedagogía con actitud crítica y hacer frente a la complejidad a partir de una información incompleta” (p. 2); y 2. “Actualizarse de manera permanente en las TIC para utilizarlas como instrumentos para el diseño y desarrollo de la práctica profesional” (p. 3).

Con respecto a las competencias específicas, las más adecuadas y afines al desarrollo de este TFM. Estas competencias aparecen reguladas por el Real Decreto 1393/2007 de 29 de octubre modificado por el Real Decreto 861/2010 de 2 de julio, que define el marco general para la creación y verificación de los planes de estudio de títulos universitarios oficiales, incluyendo los de máster. Así, éstas serían: 1. “Diagnosticar y evaluar las necesidades socioeducativas de las personas, grupos y organizaciones a partir de diferentes metodologías, instrumentos y técnicas, tomando en consideración las singularidades del contexto” (p. 3); y 2. “Diseñar, implementar y evaluar prácticas educativas, programas y servicios que den respuesta a las necesidades de las personas, organizaciones y colectivos específicos” (p. 3).

Para concluir, es necesario hacer una breve mención sobre la Agenda 2030 y los ODS (Objetivos de Desarrollo Sostenible) ya que es imprescindible continuar con el desarrollo del planeta de manera estructurada y, sobre todo, garantizando un equilibrio entre las responsabilidades que tenemos las personas como ciudadanos para crear un mundo mejor.

Es por ello por lo que este proyecto trata varios objetivos incluidos en la Agenda 2030, entre ellos, el objetivo número 3, “Salud y Bienestar”, para garantizar que los ciudadanos puedan preservar una salud no solo física sino también mental, donde en muchos casos, a causa de este tipo de acosos, se puede ver perjudicada. Otro de los objetivos implicados es el número 4, “Educación de calidad”, pues este trabajo no solo pretende que se mejore la educación de los adolescentes sino intentar erradicar la problemática del ciberbullying a través de una educación

consolidada y, sobre todo, consciente de la importancia de obtener nociones para tratar este tipo de actos.

4. MARCO TEÓRICO

En el siguiente marco teórico, se llevará a cabo el análisis de diversas definiciones relacionadas con el ciberacoso a través de redes sociales, así como una breve explicación sobre los antecedentes de este, seguido de sus diferentes características y tipologías. Se examinarán, del mismo modo, los factores protectores y de riesgo de este fenómeno, así como sus consecuencias tanto en los acosadores como en las víctimas, unido del marco normativo y la legislación que regula este tipo de actos. Por tanto, este análisis será el inicio para presentar la propuesta de prevención que se expondrá en la metodología.

4.1 Definición De Cyberbullying

4.1.1 Diferencia Entre El Concepto De Bullying Y Cyberbullying

En la sociedad actual, el acoso y la violencia entre iguales ha evolucionado con el crecimiento tecnológico surgiendo, de esta manera, nuevas formas de causar daño y herir a las personas. Del mismo modo que el bullying ocurre en entorno físicos como centros educativos, el cyberbullying se lleva a cabo dentro de un ámbito digital como, por ejemplo, las redes sociales. Aunque los dos tipos de acoso tengan el mismo objetivo, que en este caso es dañar a otra u otras personas, ambas definiciones presentan diferencias significativas.

Por un lado, la palabra “bullying” proviene del verbo *bully*, cuyo significado hace referencia a acciones en las que se acosa a otra persona. Este concepto es definido, tanto en España como en otros países, como acoso escolar.

Una gran variedad de autores ha conceptualizado el bullying de diversas maneras, llegando a la misma conclusión en cada definición: se trata de un problema grave que puede causar consecuencias negativas.

Según Sánchez et al. (2018), el bullying o acoso escolar es un problema que genera preocupación ya que afecta en gran medida a la población adolescente, por consiguiente, urge una intervención inmediata. Los síntomas que presenta esta práctica se manifiestan a través de ataques psicológicos, verbales o incluso físicos entre iguales de manera repetitiva durante un periodo de tiempo. En este tipo de violencia, la víctima no genera esta situación ni dispone de puntos clave o herramientas para frenar este hecho, por lo que tiene como resultado una situación de vulnerabilidad frente a los acosadores.

De manera similar, Cerezo y Rubio (2017) afirman que el bullying se estructura a través de tres puntos clave: la intencionalidad, si se trata de un acto deliberado o no, seguido de la desigualdad, donde el acosador presenta más influencia sobre la víctima, y, por último, la repetición de esta conducta siguiendo un mismo patrón de presión.

Con respecto a las consecuencias y síntomas que puede presentar la persona que sufre bullying, existe un amplio abanico de experiencias negativas que puede repercutir significativamente en el día a día de las víctimas en diferentes contextos.

En este sentido, Armero et al. (2011) afirman que la víctima puede presentar trastornos de ansiedad seguido de fobia escolar y, por ende, experimentar varias crisis de angustia precedido con problemas para conciliar el sueño y mostrar apetito. Por este motivo, es necesario que desde del ámbito escolar y familiar se observen la existencia de conductas cambiantes en la víctima.

Además, la víctima también sufre ataques físicos y verbales que la desvalorizan a través de insultos y comentarios hirientes. De esta forma, al ser víctima por parte de sus iguales, tiene como consecuencia el aislamiento del resto de personas (De Turiso, 2024).

En cuanto a los espacios en los que se llevan a cabo las situaciones de acoso escolar, el más común suele ser dentro de los centros educativos. Tal y como indican Cano y Vargas (2017), el acoso escolar surge en su gran mayoría en las aulas, con la presencia o ausencia de los docentes. Al mismo tiempo, el acoso también se produce en lugares comunes del propio centro como el recreo o pasillo.

Tras el concepto de acoso escolar, tiempo después y como respuesta al avance de la tecnología a nivel mundial, surge la definición de ciberbullying, compartiendo semejanzas, pero con una serie de matices.

El término ciberbullying presenta una distinción principal con respecto al término del acoso escolar, ya que éste sucede a través de una pantalla y el acosador suele ser una persona anónima. Algunos autores presentan la definición de acoso cibernético de diferentes formas. Para Garaigordobil y Machimbarrena (2019), el ciberbullying es una forma de persecución hostil que se manifiesta a través de medios de comunicación electrónicos cuyo impacto es negativo para los afectados, así como para su entorno personal. Al mismo tiempo, el ciberbullying es considerado un precedente del acoso escolar.

Según De la Serna (2017), el término Ciberacoso, también conocido como ciberbullying: es una extensión del acoso en los medios tecnológicos, por teléfono o por Internet, por el cual una persona (acosador) trata de minar y socavar la autoestima de otra (acosado o bullied), enviándole mensajes amenazantes, intimidatorios o chantajistas a través de servicios de e-mail o mensajería instantánea (tipo chat o Messenger), SMS o las redes sociales (p.1).

En este orden de ideas, Kowalski et al. (2010), citados por Mendoza (2012), describe el acoso electrónico o cibernético o crueldad social en línea como:

el acoso a través de la difusión maliciosa de información en la red, en mensajes de texto, redes sociales, correos electrónicos, en páginas web, blogs, salas de chat, etc. Puede ser información en texto, fotografías o imágenes modificadas o editadas, todo a través de una computadora o teléfono móvil (p. 133).

Por otro lado, Smith (2008), citado por Lucas-Molina et al. (2016) lo conceptualiza como una forma de acoso donde uno o varios individuos usa las tecnologías de información y comunicación (TIC), como teléfonos móviles o e-mails, para atacar intencionadamente y repitiendo esta conducta en una persona cuya situación es vulnerable y no cuenta con las herramientas necesarias para poder defenderse.

Así, el cyberbullying se traduce como una práctica de acoso a través de la tecnología en diferentes formas, que se puede clasificar a través de dos enfoques básicos. Por un lado, según el medio por el cual se lleva a cabo la agresión (Dehue et al., 2008) o según la repetición continuada de diversas conductas (Buelga et al., 2010).

En conclusión, la principal diferencia entre el cyberbullying y el acoso escolar es el medio mediante el cual se realiza la práctica de los actos, siendo el ciberacoso transmitido a través de imágenes personales originales o manipuladas junto con la suplantación de la identidad (Asanza et al., 2014).

4.1.2 Características Del Ciberbullying, Sexting Y Grooming

Tras revisar y estructurar las diferencias entre el ciberbullying y el bullying en el anterior apartado, dentro de éste se concretan algunas de las características más comunes del ciberbullying. En este sentido, se tratan la manera de ejercer este fenómeno, así como las personas involucradas junto con los diferentes tipos existentes.

Tal y como afirman Baquero y Avendaño (2015), el ciberbullying se traduce en un tipo de violencia que afecta a los jóvenes y adolescentes en su gran mayoría, considerándose, de esta forma, una forma de acoso repetida y continuada entre el agresor y la víctima.

En este orden de ideas, Belsey (2005), citado en Sánchez et al. (2022), expone que una de las características más diferenciadoras del ciberbullying con respecto al bullying es la opción de acosar de manera anónima a través de una identidad falsa. Este acto produce una preocupación persistente en la víctima ya que no sabe quién es su acosador.

Al mismo tiempo, cabe destacar que la agresión puede permanecer en las redes sociales o páginas webs, intensificando los signos de este hecho en la víctima (Morretti & Herkovitz, 2021, citados en Cardozo, 2023).

Por otro lado, las diferentes formas de ciberacoso se encuentran relacionadas directamente con el mundo de la digitalización. Entre esas formas de ciberacoso, se encuentra el hostigamiento a través de juegos online donde se puede ridiculizar a la víctima, enviar imágenes para avergonzarla, etc. Unido a esto, la exclusión surge cuando no se permite el acceso a otras webs compartidas con personas afines al círculo social de la víctima. Del mismo modo, la manipulación se realiza a través de la propagación de datos personales que pueden ser fraudulentos en medios

electrónicos que puede perjudicar a la persona afectada (EMICI, Equipo Multidisciplinar de Investigación sobre ciberbullying, s.f.).

Tras un breve recorrido sobre las características del ciberbullying, es necesario conocer otros fenómenos que no están incluidos dentro del ciberbullying pero que si se hace mal uso de estas prácticas pueden acabar siendo acoso cibernético. Entre estas prácticas se encuentran el sexting y el grooming, ambas realizadas a través de internet y que pueden afectar a los jóvenes dentro de este ámbito digital.

Con respecto al concepto de *sexting*, varios autores lo han definido de diferentes formas. Por un lado, Currin (2022) define esta práctica como el envío o intercambio de material audiovisual como videos o fotos de contenido sexual mediante diferentes plataformas digitales, mostrando, de esta manera, desnudos de manera parcial o completa con fines sexuales.

Por otro lado, Hinduja & Patchin (2018) señalan que el primer estudio que se realizó para conocer el sexting fue realizado por la Campaña Nacional en Estados Unidos en la primavera del 2010, cuyo objetivo era evitar embarazos no deseados en jóvenes adolescentes. Dicho estudio demostró que el 19% de las personas encuestadas afirmaba que había enviado contenido audiovisual de carácter sexual a través de Internet.

Dentro del ámbito del sexting, existen dos tipos: el sexting primario y el sexting secundario. El primario hace referencia a quien lo produce, mientras que el secundario se representa con la persona que reenvía. Unido a estos dos tipos, se encuentra el sexting consensual (cuando se permite) y no consensual (cuando no se permite difundir dicha información audiovisual).

En cuanto al perfil de los implicados en esta práctica, en los supuestos de sexting:

El adolescente que interviene en la conducta no necesariamente tiene el rol de víctima. No lo es en los de sexting consensual, tanto si es primario, porque el menor autoproduce pornografía, como si es secundario, porque quien la ha producido autoriza que otro reenvíe sus imágenes. Sí lo será en los casos de sexting no consensual, tanto si es primario -porque alguien lo graba o fotografía sin su consentimiento- como si es secundario -porque un tercero reenvía su imagen o vídeo sin autorización del representado (Villacampa, 2016, p. 17).

Así mismo, Villacampa (2016) encontró que, entre los autores de esta práctica, el 9% de los casos el contenido sexual lo reenvía otra persona, mientras que el 10% de los casos involucran a una pareja o expareja. Por otro lado, el 12% de estos sucesos incluyen a amigos o conocidos, en el 13% de los hechos, el contenido es reenviado por un amigo mientras que el 26% de dichas situaciones involucran a personas ajenas y desconocidas. A su vez, el 29% de las veces la persona protagonista se reenvía el contenido a sí mismo.

Respecto al *grooming*, y a diferencia del sexting, consiste en establecer un contacto virtual entre dos personas, donde una suele ser mayor de edad, y la segunda es menor, y la primera pretende entablar una amistad para conseguir material sexual del menor. Diversos autores y asociaciones identifican esta práctica como una intención de abuso sexual: por ejemplo, Sain (2018) concluye que el grooming es un acoso infantil donde un pedófilo chantajea a menores aprovechándose de su situación vulnerable. Esta práctica tiene diferentes situaciones de peligrosidad, siendo consideradas delitos de acoso (Save The Children, 2019).

Para Montiel (2019), el grooming no entiende de edad y, al mismo tiempo, usa diferentes formas para obtener un objetivo sexual, aunque eso suponga un abuso. Al mismo tiempo, Rey

(2017), citado en Chinchilla et al. (2023), señala que el agresor busca una víctima a través de internet para satisfacer sus deseos sexuales, implicando un acercamiento para ganarse la confianza de la víctima.

De este modo, Domínguez (2020) señala que el grooming consiste en:

Un acto de acercamiento virtual con un menor de edad para tratar de ganarse su confianza, generar inicialmente una empatía con el mismo, y convencerlo para intercambiar imágenes o contenidos de connotación sexual (si la víctima accede la comunicación ya no se realiza por canales públicos como el chat y pasa a ser más privado como el WhatsApp), inspirado el autor en el propósito de cometer tipo de abuso sexual de carácter personal que lesione la integridad sexual del NNA (estas fases no tienen una duración determinada) (p. 64).

Con respecto a los participantes implicados en esta práctica, el agresor (denominado como sujeto activo), durante el tiempo en el que se comete el delito, no usa inicialmente la fuerza física, sino que, por el contrario, usa métodos persuasivos a través de juegos o amenazas para que la víctima no haga preguntas y se mantenga en silencio. Por otro lado, la víctima (quien, en este caso, sería el sujeto pasivo), puede ser cualquier persona menor de 18 años (Domínguez y Portela, 2020).

4.2 Ciberbullying En La Adolescencia

4.2.1 Factores Protectores Y De Riesgo

Para poder afrontar la situación de las personas que sufren ciberacoso, es necesario comprender los factores protectores y de riesgo relacionados con este acontecimiento, ya que es imprescindible para la posterior creación de estrategias efectivas y eficaces, tanto de prevención como de intervención (Jiménez et al., 2019).

Por este mismo motivo, es importante tener en cuenta que la mayoría de las situaciones de cyberbullying suceden en la etapa adolescente, etapa en la que los jóvenes son más vulnerables debido a la falta de madurez y rebeldía (Albert et al., 2017; Garaigordobil, 2015; Idrovo et al., 2020; Matamala, 2016).

Además, hay que considerar la facilidad que tienen los jóvenes de poseer teléfonos móviles o medios electrónicos, aumentando la posibilidad de sufrir algún tipo de acoso (Marín y Cabero, 2019), seguido de los factores externos, como el consumo de drogas en edades precoces (Alvites, 2019) o la influencia de programas televisivos que impliquen contenidos agresivos o violentos (Ortega-Barón y Carrascosa, 2018).

Además de los factores más influyentes en este fenómeno, hay que tener en consideración los factores protectores ya que pueden tener un impacto positivo en las víctimas del acoso cibernético. Estos son componentes que ayudan a resolver problemas y a evitar conductas de riesgo fomentando estilos de vida equilibrados y promoviendo el bienestar ante situaciones complicadas (Sorrentino et al., 2023, citados en Aroca, 2023).

Respecto a los factores protectores, podemos destacar un buen rendimiento académico de la persona implicada (Zych et al., 2019), al mismo tiempo que un uso seguro de las redes sociales (Kowalski et al., 2019), seguido de factores positivos personales como la empatía que fortalece la autoestima (Romera et al., 2016).

En lo que se refiere a la relación y apoyo entre iguales, hay que destacar la ayuda entre estos, favoreciendo la empatía o la inteligencia emocional (Giménez-Gualdo et al., 2021), además del sentimiento de pertenencia a un grupo social que aumenta la sensación de apoyo (Farrington, 2020).

Por otro lado, la importancia del contexto juega un papel muy importante en los factores protectores, pues el contexto familiar se caracteriza por una buena relación con los progenitores (Nocentini et al., 2019) unido a una supervisión por parte de los padres en las diferentes plataformas de internet (Elsaesser et al., 2019).

Mientras, dentro del contexto escolar, los ambientes escolares controlados e invulnerables (Machimbarrena et al., 2019) junto con la participación en programas preventivos e informativos sobre educación en red (Legate et al., 2019) son otros factores que destacar.

4.2.2 Consecuencias Emocionales, Sociales Y Educativas/Laborales Del Ciberbullying

Tal y como se ha descrito en los apartados anteriores, el fenómeno del ciberbullying ha surgido como un acontecimiento preocupante y peligroso para la sociedad actual ya que la tecnología avanza cada día y, por consiguiente, existen nuevas maneras de acosar digitalmente propagando comportamientos hostiles.

Las consecuencias que genera esta práctica se centran en la vulnerabilidad de la salud mental ya que este acoso puede ser de gran duración, creando un estado de ansiedad y depresión en las personas que la sufren (UNICEF ,2024).

Este apartado gira en torno a las consecuencias más comunes en los casos de ciberacoso, entre ellas están las consecuencias emocionales y personales, las sociales y, por último, las consecuencias educativas afectando estas al rendimiento escolar de la víctima.

Con respecto a las consecuencias emocionales, hay que tener en cuenta que en los casos en los que se sufre ciberacoso, la salud mental se ve afectada negativamente.

De este modo, Ortega et al. (2009) citados en Lacasa y Ramírez (2018), manifiestan que el agresor realiza esta serie de actos por una ausencia de empatía que se ve traducida en un comportamiento cruel y agresivo.

Por otro lado, la víctima también sufre episodios de ansiedad o baja autoestima. Así, Álvarez-Quiroz et al. (2023) señalan que “las víctimas de bullying y ciberbullying, tanto hombres como mujeres, tienen problemas de autoestima” (p.91)

De acuerdo con Espitia et al. (2022):

Se ocasionan patrones externalizantes de la emoción como la ansiedad social, inseguridad, sentimientos de inferioridad, baja autoestima, repercutiendo en la calidad de vida de la persona, que, al no lograr involucrarse con sus emociones de manera idónea, no podrá relacionarse con su propio ambiente de forma asertiva (p.47).

Además, como indican Caurcel y Crisol (2022), las ciber víctimas adquieren una sensación de auto victimización que les hace estar en alerta constantemente. Esto genera un sentimiento de inferioridad con respecto al resto de las personas en cualquier contexto, promoviendo una serie de emociones como la inseguridad en uno mismo o la angustia, entre otras.

Además de las consecuencias emocionales, hay que tener en cuenta las consecuencias sociales y que están centradas en la complicada socialización de la víctima con el resto de las personas de su círculo más cercano.

Según la Federación de Mujeres Progresistas (FMP) (2020), las consecuencias emocionales y sociales se centran en su gran mayoría en una pérdida de prestigio con sentimientos de vergüenza y deslealtad, así como un aislamiento junto con una mala adaptación social a la vida

pública. A su vez, las víctimas se sienten marginadas en entornos personales y laborales unido a la pérdida de amistades.

Por otro lado, después de sufrir esta situación que resulta traumática en la mayoría de los casos, la víctima no vuelve a ser la misma persona que antes de este suceso, observándose un cambio en la manera como se relaciona o siente la persona con respecto a los demás.

Según APEAE (2024), tanto el bullying como el ciberbullying afectan al desarrollo emocional causando depresión o aislamiento social, donde numerosos estudios confirman las consecuencias negativas en la salud mental de los jóvenes. El ciberacoso además de impactar en el área emocional y social de los jóvenes puede incidir en el rendimiento académico de manera negativa, además es imprescindible que desde las instituciones se promueva el apoyo para las víctimas para superar este problema y poder continuar con su desarrollo (Roman-Acosta y Barón Velandia, 2023)

Algunos autores como Barón y Carrascosa (2018), afirman que las secuelas que deja el acoso cibernético pueden crear una situación de riesgo en el desarrollo adolescente además de influir en la edad adulta. En este sentido, Mendoza y Mera (2019) exponen que las personas que son víctimas del ciberacoso sufren transformaciones notables en su forma de ser a causa de las secuelas emocionales. Así, destacan que existen tres rasgos principales definatorios: la conformidad, la incomunicación social a través de un aislamiento propio de personas cotidianas en el día a día y el aumento de características obsesivas junto con una apariencia hostil e hipersensibilidad unida con rasgos depresivos.

Después de sufrir un fenómeno tan traumático como el ciberacoso, las víctimas se infravaloran criticando cualquier acción que realizan, ya sea correcta o incorrecta, sintiendo la

soledad como algo normalizado en su vida, donde la víctima se aísla abandonando sus actividades y sus relaciones cotidianas además de una disminución en la autoestima de víctima (Martínez, 2018). Del mismo modo, Smith (2015) concluye que la variable más influyente en la ciber víctima es la soledad, ya que se sienten aisladas y rechazadas por el resto de las personas.

A nivel social, las víctimas sufren aún más ya que no se sienten comprendidas por el resto de las personas y su manera de afrontar es huir y aislarse de las personas más cercanas de su entorno que pueden ser su apoyo, ya que el sentimiento de inconformidad le persigue por no saber cómo enfrentar la situación teniendo miedo de que vuelva a ocurrir este hecho. De esta manera, Ramos-Noboa et al. (2020) afirman que las víctimas de ciberbullying pueden vivenciar aislamiento, problemas para comunicarse con sus iguales, así como vulnerabilidad y cansancio a causa de esas humillaciones.

Por otro lado, Rivadulla y Rodríguez (2019), tras realizar una investigación centrada en el ciberacoso en España, concluyeron que las personas que experimentaron esa práctica tenían un carácter reincidente a lo largo de la semana, así como un aislamiento social por parte de las víctimas, siendo más elevado en mujeres que en hombres, cuya consecuencia fue alejarse por completo de las redes sociales.

Para finalizar con las consecuencias de este fenómeno, cabe destacar la necesidad de investigar el ámbito académico y las consecuencias negativas que afectan a las víctimas.

De esta manera, Lacasa y Ramírez (2018) señalan que las víctimas en estos casos sufren una pérdida de interés en el ámbito educativo afectando negativamente a su rendimiento escolar.

En este sentido, las consecuencias emocionales y la autoestima deteriorada influyen negativamente en la atención y concentración, así como un éxito insuficiente en las tareas y, por

consiguiente, bajas calificaciones, por lo que, desde el punto de vista de los docentes, se perciben como alumnos desinteresados.

En este orden de ideas, Reinoso (2023) halló que, respecto al rendimiento académico:

Las víctimas suelen tener dificultades para concentrarse en sus estudios debido a la preocupación constante por el acoso en línea, llevando a una disminución de las calificaciones y un menor interés en la escuela; además, las víctimas pueden faltar a la escuela para evitar el acoso, lo que también contribuye a un bajo rendimiento académico y puede ocasionar la deserción escolar en términos extremos (p.9719).

Con respecto las consecuencias dentro del ámbito laboral, de acuerdo con Giumetti et al. (2020), el acoso cibernético influye negativamente en la productividad de la víctima, por lo que, en su trabajo, aunque no haya un problema concreto, la víctima puede experimentar un estado de tensión constante.

En conclusión, las consecuencias que acarrea el ciberbullying afectan a diferentes contextos en la vida de la víctima experimentando transformaciones en su forma de ser y manera de actuar; de esta forma, adquieren un sentimiento de rechazo, aislamiento y tristeza que puede desembocar en otros trastornos como la ansiedad.

4.2.3 Factores Asociados Al Desarrollo De La Adolescencia

La etapa de la adolescencia es una fase clave en desarrollo humano de las personas, donde experimentan diferentes cambios físicos, psíquicos y emocionales. Según la Organización Mundial de la Salud (2019), la adolescencia comprende una fase vital que empieza en la niñez y finaliza en la edad adulta, desde los 10 hasta los 19 años aproximadamente, dentro de esta los adolescentes

sufren cambios a nivel físico y psicosocial. Este cambio influye en la manera como sienten o piensan.

Esta etapa está caracterizada por grandes cambios en los más jóvenes, donde se conforma su identidad y, sobre todo, su pensamiento crítico, además de establecer las primeras relaciones interpersonales con sus iguales, es por este motivo que los adolescentes al surgir esta serie de transformaciones experimentan grandes cambios en su vida. Además, hay que tener en cuenta no solo los cambios mentales sino también los físicos.

En este sentido, la recomposición de la imagen corporal, el manejo de los impulsos sexuales con la aparición de la masturbación genital y la atracción sexual en la relación y la perspectiva de la fertilidad estimulan con fuerza el desarrollo psicológico hacia la nueva identidad y generan nuevas ansiedades, a la vez que inspiran soluciones creativas y estimulan la asunción de nuevas responsabilidades (Tió, 2020, p.8).

En este sentido, Güemes-Hidalgo et al. (2017) manifiestan que la adolescencia se organiza en tres etapas principales: la adolescencia inicial, desde los 10 a los 13 años, donde surgen cambios a causa de la pubertad; la adolescencia media, desde los 14 a los 17 años, en la que aparecen conflictos en el ámbito familiar; y, por último, la adolescencia tardía, entre los 18 y 21 años, donde se adquieren responsabilidades relacionadas con la madurez, así como la aceptación de tareas.

Dentro de los factores asociados al desarrollo de la adolescencia, existen una serie de influencias individuales, grupales, personales, entre otras, que se relacionan con las nuevas tecnologías.

Debido al gran crecimiento de las TIC, la forma de relacionarse ha cambiado por lo que los riesgos han aumentado y es por ello por lo que hay conocer el comportamiento y la actitud de

los jóvenes. Tal y como afirman Maldonado-Berea et al. (2019), existen cambios en la conducta de los jóvenes a causa de las redes sociales, en muchos casos experimentando dependencia hacia ellas y falta de atención frente a los demás.

De acuerdo con Aveiga et al. (2018), los niños cada vez más jóvenes utilizan las pantallas para jugar, chatear o descargar música. Al mismo tiempo, los docentes y las familias muestran preocupación por un apego excesivo a la tecnología.

Respecto a esta situación, se han llevado a cabo múltiples estudios para encontrar las variables relacionadas con los riesgos en Internet. Las variables que juegan un papel importante para identificar las consecuencias negativas de este fenómeno son las psicológicas, como, por ejemplo, el malestar psicológico (Kuss et al., 2020).

En este orden de ideas, Espinoza y Macancela (2020) plantean tres tipos de factores que influyen directamente en la etapa adolescente. En primer lugar, los factores individuales, que se relacionan con la existencia de una serie de rasgos individuales asociados al bullying y cyberbullying, como, por ejemplo, cuando en la escuela un niño es dominado por otro.

Además de los factores individuales, hay que tener en cuenta los factores grupales, donde aparece la agresividad en los jóvenes con el objetivo de sentirse superior a otras personas, y, al mismo tiempo, asociado a ser admitido por sus iguales. La violencia a través de las Tic ha sido más notable conforme han pasado los años, pues el agresor, cuando realiza esta práctica, es consciente de las implicaciones que tiene (Domínguez y Portela, 2020).

En este sentido, Neyra (2021) indica que:

Muchos de los jóvenes que utilizan estos medios virtuales de manera negativa, y que originan violencia virtual, no tienen una idea de qué tanto afectan la salud mental de la

persona que son víctimas de ellos, cuánto dolor les causa llevándolos hasta la depresión, pensamientos suicidas, ansiedad, estrés y desesperanza, aunado a ella la baja autoestima y autoconcepto que tienen de ellos mismos (p. 72).

Por otro lado, los factores sociales y culturales influyen en la manifestación de diferencias entre individuos o grupos sociales, afectados por aspectos raciales o económicos. Según Espinoza y Macancela (2020), la existencia de la *agresividad intergénero* se debe a que algunos niños en la infancia poseen características que no se ajustan a las normas socialmente aceptadas y, por ello, pueden suceder casos de ciberacoso por parte de un hombre hacia una mujer, así como relacionarse con ella de manera opresiva.

En cuanto a los factores personales, familiares y escolares, Madrid et al. (2020) destacan que el ciberacoso es un problema real y que afecta al desarrollo psicosocial en adolescentes, por lo que la empatía es imprescindible para poder comprender cómo se sienten las víctimas.

Por otro lado, la adquisición de habilidades o competencias sociales permite a los adolescentes forjar vínculos de amistad con sus compañeros (Gómez-Ortiz, 2017). En este sentido, los ciber agresores tienen dificultades para adquirir y poner en práctica sus competencias sociales (Zych et al., 2018).

En cuanto a los factores familiares, el apoyo de las familias influye directamente en la adaptación psicosocial de los adolescentes, ayudándoles en aspectos emocionales para enfrentarse a situaciones complejas (Gómez-Ortiz et al., 2019).

Al mismo tiempo, hay que ser conscientes de que tener una base desestructurada en el ámbito familiar, en ocasiones conlleva a la violencia en este seno. Según el estudio de Chen et al.

(2018), en ocasiones esta violencia puede estar relacionada con el ciberacoso en adolescentes, por lo que es fundamental un apoyo familiar consolidado.

En este sentido, Yot-Domínguez y Cotán (2020) afirman que “el ambiente familiar, el tipo de convivencia, el trato que reciben los jóvenes, las oportunidades de participación en los asuntos familiares y de comunicación, son los primeros elementos de prevención del ciberacoso” (p.148). Por lo que una buena comunicación y confianza son instrumentos relevantes para fomentar la resiliencia para que los adolescentes adquieran seguridad emocional.

Por último, los factores escolares están marcados por una buena relación con los propios docentes del centro, ya que, de esta forma, pueden sentirse apoyados no solo por parte de su familia sino también de sus profesores. Tal y como determinan Valdés et al. (2018), el apoyo brindado por parte de los profesores mejora en vínculo interrelacional entre compañeros del mismo centro y, en algunos casos, de la misma aula.

En conclusión, los factores que influyen en la adolescencia son muy diversos y hay que saber abordarlos de manera adecuada. Al mismo tiempo, es necesario entender los cambios que surgen durante esta etapa y trabajar en profundidad la resolución de conflictos, además de fomentar las habilidades sociales para el futuro. Así, Gavilanes (2022) hace énfasis en la necesidad que tienen los jóvenes de desarrollar habilidades específicas para enfrentar casos de ciberbullying, adquiriendo una buena toma de decisiones para poder sobrellevar dicha situación de manera eficaz.

4.2.4 Influencia De Las Redes Sociales En La Adolescencia

De acuerdo con Llonch (2024), hay que tener en cuenta las diferencias entre “social media” y “redes sociales”, ya que el primer término hace referencia a aplicaciones destinadas a crear contenido de distintos tipos, mientras que el segundo se basa en plataformas más concretas.

Dentro de las redes sociales, se encuentran las redes horizontales que se dirigen a varios públicos. Dentro de estas redes, existen algunos ejemplos como *Instagram*, *Facebook* o *Youtube*. Del mismo modo, también aparecen las redes verticales dirigidas a un público específico, estas no son tan utilizadas. Entre ellas se encuentran *LinkedIn* o *Twitch*. Además de las redes sociales mencionadas, también existen aplicaciones destinadas para la búsqueda de trabajo o pareja.

Durante las dos últimas décadas, las redes sociales se han convertido en el epicentro del mundo tanto de jóvenes como de adultos, siendo éste el medio de comunicación de gran parte de los adolescentes (Moreira de Freitas et al., 2021). Los jóvenes de hoy en día se han desarrollado en la conocida como “era digital” por lo que están estrechamente unidos con Internet y sus diferentes canales de difusión.

Algunas plataformas digitales como *TikTok*, *Instagram* o *X* (anteriormente conocido como *Twitter*) han influido significativamente en el desarrollo y maneras de relacionarse entre jóvenes.

Sin embargo, las redes sociales no siempre son usadas con un buen fin, sino que pueden dar lugar a problemas como el ciberacoso, seguido de la necesidad indispensable de compararse con el resto de las personas.

En cuanto a la comparación social que realizan las personas a través de medios electrónicos, hay que destacar las dos formas más comunes. Por un lado, las personas se comparan con otras personas y se sienten superiores, mientras que, por otro, al compararse entienden que ellos mismos son quienes tienen carencias con respecto al resto (Pérez y Quiroga, 2019).

Por ello, es crucial saber identificar y comprender la influencia de las redes sociales durante la etapa adolescente. Algunas investigaciones realizadas por León et al. (2023) han encontrado que Internet y las redes sociales pueden influir positivamente en los adolescentes a través de la

persecución de objetivos, por el contrario, la socialización a través de internet no se adquiere correctamente.

Actualmente, las redes sociales son muy utilizadas en el día a día de las personas, es por ello por lo que, con el paso del tiempo, han ido surgiendo nuevos tipos de medios digitales cuyos objetivos son diferentes, suponiendo un desafío adolescente.

En este sentido, cabe destacar que la juventud invierte mucho tiempo frente a dispositivos electrónicos, contemplando las redes sociales como un espacio de socialización. Al mismo tiempo, los jóvenes dan mucha importancia a la aceptación social durante la creación de su identidad (Lardies y Potes, 2022).

De acuerdo con esto, las redes sociales no solo ocupan un gran periodo de tiempo en la vida de los adolescentes, sino que también les puede repercutir tanto física como mentalmente. En esta línea, un estudio hecho por Almanza (2022), citado en León et al. (2023), en el que participaron 450 adolescentes se llegó a la conclusión de que las redes sociales se consumen mucho más durante el periodo nocturno causando alteraciones en la comunicación y con riesgo a padecer ansiedad.

En cuanto a la importancia de las redes sociales en la vida adolescente, hay que destacar dos factores diferenciales, los positivos y los negativos. Con respecto a los positivos, Álvarez de Sotomayor et al. (2021), afirman que a través de Internet los adolescentes pueden favorecer la socialización y los procesos de aprendizaje con sus iguales, pudiendo formar su identidad además de descubrir nuevas fuentes de conocimiento. Dentro del ámbito educativo, las redes sociales pueden servir como herramienta de aprendizaje tanto fuera como dentro del aula, siempre que el

docente lo permita. Respecto a los aspectos negativos, las redes sociales no siempre muestran la realidad y muchas veces se malinterpretan aspectos.

No hay garantías de que la navegación por las redes sociales sea beneficiosa, favorable y serena desde un punto de vista formativo debido a los conflictos que se generan en el espacio virtual. Las relaciones auténticas no siempre derivan del seguimiento de *influencers*, ni todos los contactos pueden considerarse amigos. Esta complejidad se engarza con la actitud y el comportamiento de los propios estudiantes, quienes pueden ser tomados como sujetos promotores o receptores de los problemas. De una parte, la comunicación en línea puede provocar daño a otras personas y, de otra parte, el contacto virtual genera la posibilidad de que sea el usuario el que pueda sufrir de algún modo o verse afectado en cierta forma (Álvarez de Sotomayor et al., 2021, p. 281).

A medida que pasa el tiempo, aumentan las investigaciones que afirman que estas plataformas producen efectos nocivos en la vida de los más jóvenes ya que a causan daños en la salud mental de estos y, por consiguiente, su uso continuado puede afectar a la autoimagen y percepción de uno mismo. En este sentido, Sabater y Montes (2018), manifiestan que adquirir una autoimagen negativa a causa del uso de las redes sociales, puede contribuir a la aparición de otros trastornos, como por ejemplo el TCA (trastorno de la conducta alimentaria).

En España, aproximadamente 29 millones de personas usan las redes sociales, mientras que los jóvenes pasan un mayor periodo de tiempo en éstas, con un tiempo medio de uso de 1h y 10 min (Del Campo, 2022).

Tras la evidencia de las investigaciones mencionadas y los efectos que genera Internet, hay que tener en cuenta la construcción de la identidad, pues juega un papel muy importante en la vida

de los jóvenes y que, a veces, se ve influenciada por las redes sociales. Lardies y Potes (2022), analizan los riesgos y oportunidades que pueden ofrecer las redes y su influencia en la construcción de la identidad propia, como se evidencia en la Tabla 1.

Tabla 1

Influencia de las redes sociales en la construcción de la identidad adolescente.

Construcción de la identidad	Redes Sociales	
	Oportunidades	Riesgos
A. Continuidad y coherencia del sí mismo.	<p>A.I</p> <ul style="list-style-type: none"> - Exploración de roles e intereses. Moratoria psicosocial. - Compilación de experiencias del presente, pasado y posibles del futuro en un perfil. - Trabajo con la narrativa interna (Realizar una interpretación y ajuste a la narrativa interna, según la retroalimentación recibida de los otros.) 	<p>A.II</p> <ul style="list-style-type: none"> - Falta de límites temporales y espaciales. - Anonimato. Identidad falsa.
B. Autopresentación	<p>B.I</p> <ul style="list-style-type: none"> - Reajuste de la autopresentación de acuerdo a la retroalimentación. 	<p>B.II</p> <ul style="list-style-type: none"> - Exteriorización solo de los aspectos positivos, en respuesta a las demandas culturales
C. Validación	<p>C.I</p> <ul style="list-style-type: none"> - Identificación con los pares. Sentido de pertenencia. 	<p>C.II</p> <ul style="list-style-type: none"> - Búsqueda insaciable de likes. - Espectáculo en búsqueda de la aprobación.
D. Identidad digital	<p>D.I</p> <ul style="list-style-type: none"> - Exploración de la identidad a través de las redes. - Narración de historias múltiples con continuidad gracias al perfil virtual. 	<p>D.II</p> <ul style="list-style-type: none"> - Peligro para la privacidad. - Objetivización del yo.

Nota: Lardies y Potes (2022, p. 8)

La Tabla 1 muestra cómo el mundo digital y las redes sociales pueden brindar diversas oportunidades y riesgos durante la construcción de la identidad personal de uno mismo. Por un lado, las oportunidades que ofrece el mundo cibernético son variadas ya que podemos conocer nuestros gustos, intereses, junto con una construcción positiva de la personalidad, así como la estructuración de opiniones propias.

Algunas investigaciones han llegado a la conclusión de que Internet y los medios electrónicos forman parte de las rutinas de los adolescentes. Por ejemplo, Gómez-Rubio et al. (2024) señalan que:

Para los internautas en general, y para los jóvenes en particular, las redes sociales forman parte de su día a día, siendo las plataformas a través de las que establecen muchas de las relaciones sociales diarias y sus canales informativos y de entretenimiento (p. 4).

Pero, al mismo tiempo, entre los riesgos de la digitalización también se evidencia la suplantación de la identidad unida a no exponer la personalidad de una persona por completo, sin llegar a conocerla de manera realista. Este acto se lleva a cabo como respuesta a la inseguridad que poseen algunas familias hacia sus hijos.

Al respecto, Carvajal y Estrada (2020) concluyen que:

La falta de interés familiar por vigilar a los niños, adolescentes provoca consecuencias psicosociales negativas por el abuso de los medios digitales como pueden ser: la adicción, el ciberacoso (entre iguales o entre un adulto y un niño), el aislamiento social, contenidos inapropiados, contacto con extraños, ciberbullying, realizado o sufrido, actos delictivos (suplantación de identidad, vulneración de propiedad intelectual, acoso sexual o grooming o sexting, (imágenes o videos en posturas provocativas) (p. 56).

En conclusión, hay que tener que en cuenta que las redes sociales nos pueden brindar experiencias muy positivas, pero al mismo tiempo hay que ser conscientes de la realidad negativa que permanece en el mundo actual de las redes, donde cualquier persona se puede sentir insuficiente, juzgada e infravalorada.

4.3 Marco Normativo Y Medidas De Intervención.

4.3.1 Legislación Nacional Sobre El Cyberbullying.

Debido al auge emergente del ciberacoso a través de plataformas digitales, la problemática entre los adolescentes se ha incrementado a lo largo del tiempo. A causa del uso de Internet, España necesitaba una respuesta legislativa que se implantase cuanto antes para evitar situaciones de acoso con la mayor rapidez y eficacia.

En nuestro país, los avances legislativos se han visto significativamente aumentados para evitar el fenómeno del acoso cibernético. Surgen así una gran variedad de leyes como la Ley Orgánica de Protección de la Infancia y la Adolescencia frente a la Violencia (LOPVI). A través del Código Penal, el bullying y cyberbullying están tipificados como formas de acoso, dentro de éste existen planes de prevención y campañas de sensibilización para concienciar a la sociedad sobre este problema.

El Boletín Oficial del Estado (2021, p.1), por el que se establece “la Ley Orgánica 8/2021, de 4 de junio, de protección integral a la infancia y la adolescencia frente a la violencia”, como se recoge en el Capítulo VIII (apartado “De las nuevas tecnologías”), indica:

Artículo 45. Uso seguro y responsable de Internet.

1. Las administraciones públicas desarrollarán campañas de educación, sensibilización y difusión dirigidas a los niños, niñas y adolescentes, familias, educadores y otros profesionales que trabajen habitualmente con personas menores de edad sobre el uso seguro y responsable de Internet y las tecnologías de la información y la comunicación, así como sobre los riesgos derivados de un uso inadecuado que puedan generar fenómenos de violencia sexual contra los niños, niñas y adolescentes como el cyberbullying, el grooming,

la ciber violencia de género o el sexting, así como el acceso y consumo de pornografía entre la población menor de edad.

Asimismo, fomentarán medidas de acompañamiento a las familias, reforzando y apoyando el rol de los progenitores a través del desarrollo de competencias y habilidades que favorezcan el cumplimiento de sus obligaciones legales y, en particular, las establecidas en el artículo 84.1 de la Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de Protección de Datos Personales y garantía de los derechos digitales (p.35).

Así, lo que se pretende es fomentar medidas de seguridad y, por consiguiente, de prevención, para que este fenómeno tan negativo no se llegue a producir, además de campañas de sensibilización dirigidas a las personas e instituciones más cercanas a la vida de los niños/adolescentes, como la familia y el ámbito educativo.

Asimismo, en el Artículo 46 se destaca la importancia de realizar supervisiones periódicas para obtener diagnósticos sobre el uso correcto de Internet, y una colaboración con los diferentes sectores privados para crear contextos seguros en la vida de los niños:

Artículo 46. Diagnóstico y control de contenidos.

1. Las administraciones públicas, en el ámbito de sus competencias, deberán realizar periódicamente diagnósticos, teniendo en cuenta criterios de edad y género, sobre el uso seguro de Internet entre los niños, niñas y adolescentes y las problemáticas de riesgo asociadas, así como de las nuevas tendencias.

2. Las administraciones públicas fomentarán la colaboración con el sector privado, para la creación de entornos digitales seguros, una mayor estandarización en el uso de la clasificación por edades y el etiquetado inteligente de contenidos digitales, para

conocimiento de los niños, niñas y adolescentes y apoyo de los progenitores, o de quienes ejerzan funciones de tutela, guarda o acogimiento, en la evaluación y selección de tipos de contenidos, servicios y dispositivos.

Además, las administraciones públicas fomentarán la implementación y el uso de mecanismos de control parental que ayuden a proteger a las personas menores de edad del riesgo de exposición a contenidos y contactos nocivos, así como de los mecanismos de denuncia y bloqueo (p. 36).

El Boletín Oficial del Estado (1995) por el que se establece “la Ley Orgánica 10/1995, de 23 de noviembre, del Código Penal”, en su Título X, relacionado con los delitos contra la intimidad, el derecho de la propia imagen y la inviolabilidad del domicilio señala, en su Capítulo I (Del descubrimiento y revelación de secretos, referente a las situaciones de acoso y a su condena correspondiente):

1. El que, para descubrir los secretos o vulnerar la intimidad de otro, sin su consentimiento, se apodere de sus papeles, cartas, mensajes de correo electrónico o cualesquiera otros documentos o efectos personales, intercepte sus telecomunicaciones o utilice artificios técnicos de escucha, transmisión, grabación o reproducción del sonido o de la imagen, o de cualquier otra señal de comunicación, será castigado con las penas de prisión de uno a cuatro años y multa de doce a veinticuatro meses.

2. Las mismas penas se impondrán al que, sin estar autorizado, se apodere, utilice o modifique, en perjuicio de tercero, datos reservados de carácter personal o familiar de otro que se hallen registrados en ficheros o soportes informáticos, electrónicos o telemáticos, o en cualquier otro tipo de archivo o registro público o privado. Iguales penas se impondrán

a quien, sin estar autorizado, acceda por cualquier medio a los mismos y a quien los altere o utilice en perjuicio del titular de los datos o de un tercero.

3. Se impondrá la pena de prisión de dos a cinco años si se difunden, revelan o ceden a terceros los datos o hechos descubiertos o las imágenes captadas a que se refieren los números anteriores. Será castigado con las penas de prisión de uno a tres años y multa de doce a veinticuatro meses, el que, con conocimiento de su origen ilícito y sin haber tomado parte en su descubrimiento, realizare la conducta descrita en el párrafo anterior (Artículo 197, p. 84).

El Código Penal establece una serie de condenas por difundir datos de un tercero a través de soportes digitales con penas de prisión de 1 a 5 años en función de los delitos cometidos junto con multas de 1 a 2 años.

4.3.2 Actuación Desde Las Instituciones Educativas Y Programas Enfocados En El Ciberbullying.

Considerando el gran número de casos registrados de acoso escolar y ciberacoso en las aulas, durante los últimos años este fenómeno ha afectado a un gran número de personas. Según APEAE (2024), España es el primer país que lidera el ranking mundial de acoso y ciberacoso con más de 300.000 casos al año.

Según un estudio realizado por la Universidad Complutense de Madrid (2023), el 19.2% representa los casos de maltrato que podrían haber acabado en acoso escolar. Al mismo tiempo, se ha llegado a la conclusión de que las víctimas que han sido acosadas en el ámbito educativo incrementan el riesgo de sufrir ciberacoso, casi la mitad de los estudiantes que han sido víctimas de bullying (46.4%), afirman también haber vivido maltrato digital.

Con respecto al ciberbullying, el 10.7% de los estudiantes ha sufrido maltrato a través de Internet.

Por ello, existen programas como el ofrecido por el Ministerio de Educación y Formación Profesional (s.f.), donde se destaca la “Guía de actuación contra el ciberacoso”, que realiza un recorrido sobre la existencia, expansión, prevención y actuación frente a casos de ciberacoso en España.

La prevención de efectos negativos y riesgos relacionados con los diferentes usos que se le da a la tecnología es fundamental en la etapa adolescente. Diversas investigaciones han demostrado que cuando la implicación por parte de los progenitores en la educación de sus hijos es mayor, los intereses junto con el comportamiento del niño mejoran significativamente (Cebollero et al., 2021).

Al mismo tiempo, otros autores sugieren la necesidad de supervisar el uso que realizan sus hijos en Internet, como Rubio y Palomero (2020), cuando concluyen que:

La familia se describe como una dimensión de valor colectivista e implica un compromiso con el grupo familiar a cuatro niveles: emocional, de intereses, normativo y material. Un problema que se suma es que existe una gran necesidad de que los padres medien entre los procesos de socialización de sus hijos y el uso de Internet y que, realmente, solo un 25% de los padres lo hace, por tanto, se hace difícil que puedan afirmar con exactitud el fin con el que sus hijos están utilizando dispositivos como el móvil o la televisión (p. 32).

Así, para evitar que los menores caigan en las redes del ciberacoso es importante que los adultos conozcan el funcionamiento de Internet y las plataformas digitales, concretamente las redes sociales. Si los propios jóvenes aprecian que sus padres tienen un conocimiento escaso sobre Internet, lo más lógico para ellos es que no perciban a sus padres como personas a las que pedir

ayuda. Según el INE (Instituto Nacional de Estadística) (2023), una gran variedad de personas ha utilizado Internet, con un rango de edad entre 10 y 74 años en el año 2024. Esto representa un 95.8% de la población española.

Otra forma como los padres pueden estar actualizados en el tema de Internet es tener el ordenador en un lugar asiduo a todos los miembros del hogar familiar para su posterior supervisión.

Del mismo modo, la investigación realizada por López de Ayala et al. (2019) concluye que la mayoría de los padres recurren al diálogo para evitar un uso incorrecto de las Tic, además estos reconocen que es su responsabilidad supervisar las conductas de sus hijos en Internet. Al mismo tiempo, hay que tener en cuenta que cada padre debe de supervisar a su hijo en función de la edad de este, ya que tienen diferentes necesidades. Tal y como indican Sánchez-Valle et al. (2017), las familias son imprescindibles en el proceso de alfabetización digital de sus hijos.

En este sentido, Astorga y Schmidt (2019) sugieren que las familias deben estar en constante actualización en lo que se refiere a las redes sociales para poder ayudar a sus hijos a través de métodos preventivos.

Por un lado, la visión de los educadores y técnicos coincide con la ayuda que deberían brindar los padres a sus hijos cuando estos usan Internet, ya que dentro de la red existen una serie de riesgos que los más jóvenes deben de conocer cuando usan medios electrónicos.

Según el Ministerio de Educación y Formación Profesional (s.f.):

Educación en el funcionamiento “técnico”: es necesario dar a conocer a los menores tanto los riesgos (virus, spam, suplantación de identidad, etc.) como las herramientas instaladas y/o habilidades en los equipos (antivirus, cuentas de usuario limitadas, etc.), además de los

hábitos seguros (no entrar en páginas poco fiables o el uso de contraseñas robustas y su cambio periódico) (p. 47).

Por otro lado, el Ministerio de Educación y Formación Profesional (s.f.) señala que hay que establecer una acotación de edades para la utilización de la tecnología ya que en muchas ocasiones los niños utilizan dispositivos móviles sin que los contenidos sean adecuados a su edad.

Con respecto a la actuación frente a un caso de ciberacoso, el Ministerio de Educación y Formación Profesional (s.f.), en primer lugar, matiza las responsabilidades tanto de los padres como de los educadores ya que en muchos casos creemos que solo los implicados tienen parte de culpa, pero, al mismo tiempo, si los propios padres o docentes se despreocupan de obligaciones básicas hacia los niños, indirectamente están implicados.

También Rigo y Donolo (2019) consideran que es imprescindible una colaboración directa entre las familias y la escuela, por lo que es necesaria una participación de las primeras en la educación de sus hijos. Al mismo tiempo, los padres suelen implicarse más en la participación escolar cuando los propios docentes se involucran.

En cuanto a los centros educativos, tienen la competencia propia para corregir cualquier comportamiento de ciberacoso que afecte al alumnado y a la comunidad educativa, ya que el docente es la máxima autoridad dentro de un aula. Según la Ley Orgánica 2/2010, de 15 de junio, por el que se regula la “Autoridad del profesor”:

Para que los profesores puedan realizar con éxito la elevada tarea que la sociedad les encomienda, es preciso transmitir que, además de la autoridad que les confiere su saber, están investidos de una autoridad institucional por ejercer la función primordial de la docencia y ser, con ello, garantes inmediatos del derecho constitucional a la educación. De lo contrario, quedaría

desmentida en la práctica la importancia que reviste la educación, en general, y la instrucción, en particular, para el Gobierno de la Comunidad de Madrid (p. 2).

Y, en ese sentido, Bermúdez (2022) hace hincapié en que:

El comportamiento de los docentes en las aulas incide directamente en la conducta del alumnado y contribuye a crear conocimientos y sensaciones sobre la conducta violenta. De esta manera, se disipan las dudas creadas y se rechazan de forma radical este tipo de comportamiento de violencia en el aula y en el centro educativo (p. 32).

No obstante, Represa (s.f.), citado en el Ministerio de Educación y Formación Profesional (s.f.), afirma que es necesario llevar a cabo un Proyecto Antibullying donde se encuentre un compromiso conciso de todos los sectores educativos sobre el acoso cibernético, medidas enfocadas a las relaciones interpersonales en vez de centrarse solo en los castigos, hacer partícipes al alumnado en la solución del problema, herramientas institucionales como planes de prevención y actuación, estructurar el centro para abordar esta problemática e incorporar en el currículo los riesgos de las tecnologías para su posterior enseñanza.

Unido al plan propuesto por el Ministerio de Educación y Formación Profesional, también se encuentra la Asociación Española para la Prevención del Acoso Escolar (AEPEAE), que, en una investigación realizada en el año 2024, halló que alrededor del 56% de la población adolescente con edades comprendidas entre los 13 y 17 años siente temor por sufrir acoso a través del mundo digital.

Esta asociación ofrece un plan nacional de prevención y actuación para familias, alumnado y docentes. Por un lado, es indispensable establecer una coordinación con la comunidad escolar, a partir de aquí los alumnos deben participar con ciber mentores y que estos mismos sean una figura

de referencia para ellos; al mismo tiempo, hay que tener en cuenta la importancia que adquiere el Proyecto Antibullying mencionado anteriormente.

Además, desde AEPEAE se ofrecen charlas de sensibilización sobre el ciberacoso al alumnado, familias y docentes, así como herramientas didácticas para concienciar a los jóvenes. Por otro lado, al finalizar cada curso escolar esta asociación realiza una evaluación a través de la prueba “TEBAE” (Test de Evaluación Breve del Acoso Escolar), que consiste en rellenar un formulario que no permite ningún tipo de manipulación y evalúa el nivel de acoso escolar.

En conclusión, desde los centros educativos y asociaciones junto con el Proyecto Antibullying se puede prevenir tanto el bullying como el ciberbullying si se siguen los protocolos establecidos de manera correcta. Por este mismo motivo, es necesario que tanto las familias como el equipo docente sean observadores y se interesen tanto por sus hijos como por su alumnado.

5. METODOLOGÍA

5.1 Enfoque Metodológico

5.1.1 Descripción Del Enfoque Utilizado Para El Diseño Del Programa

En el siguiente apartado se presentan las dos teorías en la que se basan la realización del programa de prevención contra el ciberbullying. En primer lugar, la metodología escogida para diseñar el siguiente plan es el “Programa Olweus de Prevención del acoso escolar” (POPAE).

Dicho programa ha sido estructurado y creado por Dan Olweus (1931-2020), un psicólogo sueco-noruego y gran referente en el ámbito del acoso escolar dentro de la educación. Olweus desarrolló y estructuró dicho programa durante un periodo de tiempo superior a 20 años.

Este programa se basa principalmente en cuatro principios clave que giran en torno a la modificación de conducta y el comportamiento problemático y agresivo en los alumnos. Estos principios buscan la creación de un entorno educativo y familiar correcto a través de:

Calidez, intereses positivos e implicación por parte de los adultos, límites fijos sobre los comportamientos inaceptables, aplicación consistente de castigos no punitivos ni físicos para los comportamientos inaceptables o la violación de las reglas y adultos que actúen con autoridad y como modelos positivos de comportamiento (Vera et al., 2020, p. 581).

Al mismo tiempo, algunos autores como Riese & Urbinski (2018) definen el POPAE desde un enfoque escolar integral con el objetivo de crear un entorno escolar positivo y estructurado, pretendiendo reducir el acoso escolar y, por consiguiente, el ciberbullying, además de evitar y prevenir problemas entre el alumnado.

Con respecto al POPAE propuesto por Olweus mencionado anteriormente, se encuentra íntimamente relacionado con el ciberbullying ya que, aunque dicho programa esté enfocado hacia el acoso escolar, el acoso cibernético también puede ocurrir entre alumnado dentro del contexto educativo. Por ello, Olweus (2012), citado en Pardo y Souza (2022), indica que este fenómeno es una conducta intencional, sucesiva y agresiva realizada por una persona o grupo a través de medios electrónicos, por lo que esta conducta se puede producir dentro del ámbito escolar, justificando así la práctica del POPAE en los casos de ciberbullying. Sobre todo, teniendo en cuenta que, en los últimos 50 años, el crecimiento de la población mundial ha ido en aumento, así como el consumo digital, que se ha multiplicado por seis veces durante ese periodo de tiempo (Belkhir & Elmeligi, 2018)

De la misma manera, Miño (2019) destaca la necesidad que tenía Olweus (1993) en crear una normativa clara y concisa para abordar el bullying, al mismo tiempo que daba visibilización a este fenómeno como una problemática social y política además de crear diferentes estrategias de intervención.

Además del programa propuesto por Olweus, cabe destacar la necesidad de conocer cómo se establece el aprendizaje de las personas con respecto a las tareas o acciones cotidianas, por ello, otra de las metodologías en las que se apoya este programa de prevención es la Teoría del Aprendizaje Social de Bandura.

Esta teoría está estrechamente relacionada con el ciberacoso ya que Bandura afirma que en la actualidad la mayoría de las personas consumen gran parte de su tiempo en el ámbito digital, pues del mismo modo se ven expuestos a modelos que pueden resultar atractivos y que pueden llegar a engancharse. (Cinema of Change, 2017)

Siguiendo esta línea, según Núñez-Manzueta (2022) esta teoría se basa en que “hay tipos de aprendizaje, por un lado, el denominado refuerzo directo, y, por otro, el impulso de un nuevo aprendizaje entre los individuos” (p. 2).

Para entender de manera más concreta lo que supone esta teoría, es necesario conocer la historia de su autor y lo que supuso su creación. Albert Bandura (1925-2021) fue un psicólogo canadiense que se dio a conocer tras haber desarrollado una teoría del aprendizaje social, dicha teoría fue renombrada por este mismo como “Teoría Cognitivo Social” alrededor de los años 80.

Esta teoría destacó porque rechaza el enfoque conductista tradicional centrándose más en los procesos internos mentales de las personas, así como en su aprendizaje social. Bandura afirma que los humanos aprendemos conductas a través de la imitación y observación; por este mismo

motivo, el comportamiento de los humanos depende de factores personales como la motivación o producción motora (Acosta, 2018).

De este modo, este programa de prevención está íntimamente relacionado con el ciberbullying, ya que, por un lado, desde la Teoría Cognitivo Social de Bandura (1987), citado en Gómez-Nashiki (2021), propone que tanto el acoso escolar como el ciberacoso son el resultado de un comportamiento agresivo adquirido en un contexto social, ya sea dentro de un aula, en el propio hogar familiar o a través de medios informativos digitales que giran en torno a contenidos concretos.

De este modo, Reinoso (2023) manifiesta que:

cuando el ciberbullying ocurre en el ambiente escolar, puede crear un ambiente tóxico y hostil en el que los estudiantes no se sienten seguros ni cómodos, esto puede afectar negativamente la capacidad de los estudiantes para concentrarse y participar efectivamente en su aprendizaje eficaz, en el que las víctimas de ciberbullying suelen pasar mucho tiempo preocupándose por los mensajes, comentarios o imágenes hirientes que recibieron en línea (p. 9716).

De este modo, tanto el POPAE de Olweus como la Teoría del Aprendizaje Social de Bandura están íntimamente relacionadas con la creación del programa de prevención del ciberbullying ya que ofrece dos enfoques centrados en la conducta, comportamiento y aprendizaje de las personas. Por ello, la combinación de estas dos teorías sirve de antecedente para estructurar un programa que gire en torno a la modificación de aprendizajes y conductas, dentro de un contexto tanto formal como no formal y, por ende, seguro para todo el alumnado.

Dejando atrás la revisión bibliográfica sobre los enfoques utilizados para la creación de este programa, es necesario exponer la metodología principal en la que se va a basar esta propuesta. Dicho programa va a estar basado en la creación de actividades y campañas de concienciación para fomentar la participación, comprensión y pensamiento de los jóvenes adolescentes.

Para ello, es necesario partir de lo general e ir reconduciendo dichas actividades a aspectos más concretos para que los participantes puedan ir conociendo un poco más sobre el ciberbullying, así como saber la actuación que deben llevar a cabo tanto si les sucede a ellos mismos como a terceras personas.

Para favorecer la participación e incorporación de las personas a las que van dirigidas este programa, es necesario que la propuesta de actividades tenga un enfoque inclusivo e integrador para crear un ambiente de confianza y motivador para que se sientan parte de estas dinámicas que les servirán como ayuda preventiva en un futuro. Como se ha mencionado con anterioridad, los contenidos expuestos en este programa partirán de aspectos generales y poco a poco se irán introduciendo aspectos referentes al ciberbullying de carácter más específico en función del transcurso de tiempo.

Este programa se realizará de manera colectiva y, si algunos casos lo requieren, de manera individual, por lo que es imprescindible la creación de un ambiente basado en la seguridad, respeto y tolerancia donde todos los participantes se sientan cómodos al participar en dichas sesiones y dinámicas. Cabe destacar que estas sesiones siempre van a estar coordinadas y organizadas por profesionales referentes en este fenómeno.

Al mismo tiempo, es fundamental la participación y el soporte de las familias y docentes para que estas dinámicas influyan en el día a día de los jóvenes y puedan resolver estos problemas de manera sencilla y responsable.

Por otro lado, las actividades y campañas de concienciación estarán estructuradas de una manera homogénea y secuencial. En primer lugar, se presentarán las campañas de sensibilización que tendrán un carácter informativo y, de esta manera, poder introducir la temática del ciberbullying como eje principal de las sesiones.

Dichas campañas servirán para concienciar a los más jóvenes de la problemática del ciberacoso en la población, concretamente entre los jóvenes. En segundo lugar, se irán presentando las actividades propuestas para prevenir el ciberbullying, organizadas en tres bloques. El primer bloque, llamado “Descubriendo el planeta digital”, está centrado en la introducción de conceptos básicos y diferenciación de conceptos; el segundo bloque, titulado “Explorando en red” hace alusión a la seguridad en el momento de adentrarse en diferentes webs, y, por último, el tercer bloque, nombrado “Fortaleciendo para la acción”, centrado principalmente en la capacitación de los jóvenes para actuar y prevenir ante casos de acoso cibernético.

5.2 Objetivos Del Programa

5.2.1 Objetivos Generales Y Específicos

El objetivo principal de este programa de prevención contra el ciberbullying es ofrecer un entorno basado en la seguridad y en la tolerancia a través de la educación, así sensibilizar sobre los aspectos negativos y riesgos del ciberbullying, junto con la adquisición de habilidades y estrategias para prevenir dichas situaciones a través de talleres y actividades.

Para llevar a cabo las actividades y los diferentes talleres, como se ha mencionado en el apartado anterior, estas estarán divididas en tres bloques principales, donde cada uno de ellos contará con 3 o 4 objetivos específicos y 4 actividades en cada bloque.

El primer bloque titulado “Descubriendo el planeta digital”, se basará en aspectos básicos relacionados con el internet, junto con una conceptualización de elementos propios al navegar por la red, así como sus riesgos y beneficios. Los objetivos específicos de este bloque son:

- Conocer las definiciones básicas relacionadas con el ciberbullying.
- Diferenciar el ciberacoso de otras prácticas que puedan suceder en internet.
- Identificar a las personas involucradas en este fenómeno (víctima, agresor y observador) y comprender como influye su intervención.

El segundo bloque, llamado “Explorando en red”, se centra en navegar de manera correcta y segura por internet; para ello, las actividades de este bloque estarán enfocadas en los diferentes elementos que intervienen en la búsqueda de información a través de internet, así como la posterior identificación de señales y alertas que sirven para conocer las páginas webs o usuarios que sean fraudulentos o que presenten indicios de ser perfiles falsos con el fin de realizar prácticas como el ciberacoso. Los objetivos específicos de este segundo bloque son:

- Obtener habilidades sociales y estratégicas para crear un ambiente seguro en internet.
- Detectar comportamientos seguros e inseguros en la red, así como ser consciente de los riesgos de establecer relación con personas ajenas.
- Crear métodos y enfoques para controlar situaciones complicadas en internet y buscar ayuda con sea pertinente.

Para concluir, el tercer bloque, “Fortaleciendo la acción”, gira en torno en la prevención e intervención contra el ciberacoso, pues las actividades de este bloque están enfocadas principalmente en cómo los adolescentes pueden prevenir e intervenir ante situaciones de ciberbullying junto con una serie de pautas para llevar a cabo dichas acciones. Los objetivos específicos a los que atiende dicho bloque son:

- Identificar los posibles indicios de ciberbullying, así como sus efectos.
- Aplicar medidas de prevención contra el acoso cibernético.
- Poner en práctica habilidades para intervenir antes dichas situaciones.
- Saber los recursos y tipos de ayuda existentes para poder contribuir ante este fenómeno.

5.2.2 Competencias Y Contenidos

Las competencias que se pretender trabajar y poner en práctica a través de las diferentes actividades existentes en cada bloque se evidencian en la tabla 2.

Tabla 2.

Competencias del programa de prevención contra el ciberbullying

Competencia en comunicación	Habilidades para entender los conceptos referentes al ciberbullying y otros tipos de conflictos en red.
Competencia emocional	Identificar y saber gestionar emociones existentes al de ciberbullying, fomentando de esta manera la empa
Competencia digital	Conocer el uso seguro en internet y las Tic.
Trabajo en equipo	Trabajar en colaboración con otras personas para poder prevenir o actuar ante situaciones de acoso cibernético.
Resolución de problemas	Tener habilidades para poder llevar a cabo situaciones adversas en el mundo virtual.

Habilidades de actuación	Tener la capacidad de actuar correctamente ante situaciones de ciberbullying.
---------------------------------	---

En este plan de intervención, los contenidos que se tratarán en esta propuesta estarán referidos en torno a conocimientos sobre el ciberbullying, las habilidades a trabajar para su prevención y las conductas y valores que se deben de adquirir para evitar el acoso cibernético (ver tabla 3).

Tabla 3.

Contenidos a tratar con los adolescentes para evitar el ciberacoso

Saberes teóricos y conceptuales	<ul style="list-style-type: none"> - Comprender el ciberbullying y sus consecuencias. - Concienciar a la población juvenil sobre el impacto de esta práctica.
Destrezas y habilidades técnicas	<ul style="list-style-type: none"> - Ser tolerante, aceptando las diferencias entre personas. - Mejorar la comunicación con un enfoque respetuoso. - Resolver conflictos de manera ordenada y pacífica.
Conductas y principios	<ul style="list-style-type: none"> - Desarrollar habilidades emocionales como la empatía, respeto, negociación y tolerancia.

5.3 Diseño Del Programa

5.3.1 Fases Y Componentes Principales Del Programa

Este programa de prevención contra el ciberbullying se organiza en tres fases distintivas acorde a los tres bloques propuestos de actividades. En primer lugar, la primera fase está enfocada hacia una sensibilización sobre el ciberbullying dirigida a adolescentes, donde se identificarán los diferentes conceptos existentes y que intervienen en el proceso de ciberacoso.

El objetivo principal de esta fase es conocer el inicio del acoso y ciberacoso para su posterior comprensión, además de aprender qué personas intervienen y los roles que adquieren cada uno de ellos, así como sus consecuencias.

El tipo de actividades que se llevarán a cabo en esta fase se basarán en la diferenciación del acoso escolar y el ciberacoso, además de aprender cómo se produce. Al mismo tiempo, se ejemplificarán situaciones sobre este tipo de actos para poder identificar a los partícipes de estas acciones. Por último, también se trabajarán los contrastes entre conflictos, bromas, acoso y ciberacoso.

Una vez finalizada la primera fase de concienciación, se pasará a la segunda fase que gira en torno a la enseñanza basada en una educación para el uso correcto de internet.

El objetivo principal de esta fase se centra en ofrecer a los adolescentes una serie de herramientas y métodos para poder usar internet de forma segura, así como identificar entornos digitales inseguros. Las actividades que se proponen en esta fase hacen énfasis al buen uso en la red a través de navegaciones seguras por internet, concretamente en páginas webs y redes sociales.

Del mismo modo, se tendrá muy en cuenta la importancia de la protección de datos y la privacidad en diferentes sitios webs para evitar estafas y acoso cibernético; además, se trabajará los riesgos que pueden tener las redes sociales (grooming o sexting).

Para finalizar, la tercera fase adquiere una perspectiva de prevención e intervención ante situaciones de ciberacoso. El objetivo principal se basa en saber actuar en posibles casos de acoso de cibernético a través de prácticas de prevención e intervención (si fueran necesarias) con los conocimientos adquiridos en las fases anteriores, así como en las pautas impartidas y ejemplos en las actividades.

Los ejercicios que se realizarán se centran en reflexionar sobre cómo se pueden prevenir estos actos a través de juegos de roles cómo posibles situaciones que se puedan experimentar. En este sentido, también se propondrán dinámicas de reflexiones grupales para recordar la primera fase de sensibilización y que se recuerde la importancia del problema.

Con respecto a los componentes del programa, hay que matizar una serie de aspectos que se realizarán al inicio de las diferentes fases, así como las actividades. Para comenzar, será necesario realizar una evaluación inicial sobre lo que los adolescentes conocen sobre el ciberacoso; seguido de ello, se expondrá ante los participantes el objetivo principal de esta propuesta.

Entre los componentes que conforman el programa, hay que tener en cuenta la metodología, junto con los contenidos y competencias mencionadas en el apartado anterior. Por otro lado, las actividades, temporalización y recursos se expondrán en los siguientes apartados, pues estos componentes son la estructura de dicho programa.

5.3.2 Participantes

El programa de prevención contra el ciberbullying se dirige hacia el público adolescente y juvenil ya que son la población que más uso da a internet y a las redes sociales. Según Save the Children (2024), un estudio centrado en encuestas realizadas a adolescentes entre 14 y 17 años en España afirma que casi el 90% utiliza internet en varias ocasiones diarias o se encuentra conectado de manera continua.

Por este mismo motivo, este programa se dirige principalmente a adolescentes con una edad comprendida entre 13 y 18 años. Aproximadamente el número de personas para realizar dicho programa será de entre 18 y 20 ya que considero que es un número razonable, pues el taller sería impartido por una sola persona, mientras que en el caso de que hubiera gran demanda de

matriculación se ampliarían los talleres, así como los profesionales para llevar a cabo dichas sesiones.

5.3.3 Diseño de actividades (recursos)

En este apartado se presentarán las actividades que se realizarán por bloque junto con su desarrollo y recursos correspondientes. A continuación, se exponen los tres bloques y sus actividades.

Bloque 1: “Descubriendo el planeta digital”

Tabla 4.

Actividad n°1 del bloque 1

Actividad n°1:	“Brainstorming: ¿Qué es el ciberbullying?”
Desarrollo	El alumnado se organizará en grupos pequeños de 4 y 5 personas (se equiparán en función de la edad). Entre todos, elaborarán un mapa mental sobre lo que entienden por bullying y ciberbullying, así como los tipos que conocen y las características. Al mismo tiempo, realizarán una tabla mostrando las diferencias entre el acoso escolar y el ciberacoso.
Recursos	Cartulinas y rotuladores. En el caso de realizarlo a través del ordenador podrán usar herramientas como Canva o Mindomo.
Temporalización	1 sesión de 60 minutos.

Tabla 5.

Actividad n°2 del bloque 1

Actividad n°2:	“Role- Play ¿Qué lugar ocupo en esta historia?”
Desarrollo	Para identificar las diferentes personas y perfiles que participan en esta práctica, realizarán un juego de rol-play.

	<p>Se propondrán escenarios de ficción ante situaciones de ciberbullying, donde cada uno de ellos será la víctima, el agresor y el observador.</p> <p>Una vez llevada a cabo esta representación se debatirá y reflexionará sobre cómo se han sentido y como podrían haber actuado para evitarlo.</p>
Recursos	Guiones cortos con poca información para dejarles improvisar. Junto con esto, hojas para que tras la representación realicen una reflexión sobre cómo se han sentido.
Temporalización	1 sesión de 60 minutos.

Tabla 6.

Actividad nº3 del bloque 1

Actividad nº3:	“Intercambio de ideas: ¿existe un problema o no hay de que preocuparse?”
Desarrollo	Se repartirán tarjetas al azar. Estas tarjetas contendrán frase o situaciones que corresponderán a momentos referentes a bromas y otros momentos referidos a situaciones de ciberacoso, entre ellos tendrán que decidir si se trata de una situación o de otra. Esto servirá principalmente, para identificar situaciones de ciberacoso.
Recursos	Tarjetas que contienen diferentes frases para representar frases (ya sean bromas u oraciones que se identifiquen con el ciberacoso).
Temporalización	1 sesión de 60 minutos.

Tabla 7.

Actividad nº4 del bloque 1

Actividad nº4:	“Historia de vida electrónica”
Desarrollo	Cada alumno creará una historia de su vida referente a aspectos relacionados con internet (su primer móvil, redes sociales que usan, tiempo que pasan en internet, forma de relacionarse a través de medios electrónicos etc.). Tras ello, reflexionarán sobre cómo se comunican y los riesgos que

	puede suponer la comunicación a través de la red. Para finalizar, visualizarán dos cortometrajes sobre el ciberbullying.
Recursos	Plantillas personalizadas con información sobre elementos electrónicos. Cortometrajes: “Nariz de payaso” (UNICEF, 2021) y “Elegí cuidarte” (Pantallas Amigas, 2019). (Los enlaces se encuentran en referencias bibliográficas).
Temporalización	1 sesión de 60 minutos

Bloque 2: “Explorando en red”

Tabla 8.

Actividad n°1 del bloque 2

Actividad n°1:	“Sabuesos telemáticos”
Desarrollo	Se repartirán a los alumnos diferentes fichas con perfiles ficticios de personas en internet, y deberán de identificar si son perfiles verdaderos o fraudulentos a partir de la información dada, las publicaciones, seguidores o comentarios que tiene (por ejemplo, si para acceder a ese perfil te piden tus datos bancarios). Tras ello, se debatirá cuáles son las claves para identificar si alguna página web o perfil son fiables.
Recursos	Fichas ficticias de perfiles de diferentes redes sociales y blogs de páginas webs.
Temporalización	1 sesión de 60 minutos.

Tabla 9.

Actividad n°2 del bloque 2

Actividad n°2	“Influencers ejemplares”
Desarrollo	Se organizará al alumnado en grupos de 4 personas. Lo que tendrán que realizar es una campaña a través de plataformas como Canva, Power Point, Infografías o a través de videos realizados por ellos mismos enseñando a la

	población juvenil sobre cómo navegar seguros por internet presentando las ventajas y desventajas que tiene el mundo digital.
Recursos	En el caso que lo hagan sin medios electrónicos, contarán con materiales como cartulinas, rotuladores, recortes de periódico etc. De otra forma, si lo quieren realizar de manera digital, dispondrán de ordenadores.
Temporalización	1 sesión de 120 minutos.

Tabla 10.

Actividad n°3 del bloque 2

Actividad n°3:	“El decálogo de las redes”
Desarrollo	Cada alumno tendrá que crear un decálogo (cogiendo la estructura de los diez mandamientos) con el fin de crear normas para navegar de manera segura y respetuosa por internet. La actividad será individual ya que una vez que cada uno tenga su decálogo realizado, habrá una puesta en común ya que posteriormente con las ideas aportadas de cada persona se creará un decálogo general, donde cada uno ha aportado una idea para crearlo.
Recursos	Plantillas impresas que recibirá cada persona y rotuladores.
Temporalización	1 sesión de 60 minutos.

Tabla 11.

Actividad n°4 del bloque 2

Actividad n°4:	“¿Me das tu contraseña?”
Desarrollo	En primer lugar, se realizará una charla informativa sobre la creación de contraseñas, los caracteres que debe tener, números o letras para que sean seguras, además se presentarán ejemplos. Tras ello, se presentará un Kahoot y tendrán que diferenciar qué contraseñas son mejores para usar en internet. Tras ello, se les organizará en parejas y tendrán que crear una contraseña segura y otra no tan segura y después presentársela al resto y justificar el porqué de su creación.

Recursos	Juego interactivo: Kahoot (pantalla digital), ordenadores para que puedan crear los dos tipos de contraseña (ver en Anexo I).
Temporalización	1 sesión de 60 minutos.

Bloque 3: “Fortaleciendo la acción”

Tabla 12.

Actividad nº1 del bloque 3

Actividad nº1:	“Mapa del ciber rescate”
Desarrollo	<p>Se organizará al alumnado por grupos de 4 personas, cada grupo deberá de realizar un mapa para prevenir el ciberbullying, incluyendo consejos, alertas, normas, señales, actitudes o acciones para evitar y en algunos casos identificar el ciberacoso.</p> <p>Tras ello, lo expondrán al resto de compañeros. Además, el mapa se realizará en función de un caso de ciberacoso que le haya tocado a cada grupo.</p> <p>Por ejemplo, Marta una chica de 16 años recibe mensajes de un desconocido por una aplicación, este le insiste constantemente en que le envíe fotos y Marta accede.</p>
Recursos	Si lo quieren realizar de manera digital, dispondrán de un ordenador, en el caso contrario, contarán con una plantilla personalizada para realizar esta actividad, además de rotuladores.
Temporalización	1 sesión de 90 minutos.

Tabla 13.

Actividad nº2 del bloque 3

Actividad nº2:	“Podcast: Voces contra el ciberbullying”
Desarrollo	Los alumnos se organizarán por grupos de 4/5 personas y crearan un guion para realizar una charla (podcast) sobre el ciberbullying para dar a conocer

	cómo se identifica, se interviene y se previene. Cada alumno de cada grupo tendrá su propio rol, pueden adquirir el de docente, víctima, agresor etc.
Recursos	Guion y grabadora de voz o móvil para grabar.
Temporalización	1 sesión de 120 minutos.

Tabla 14.

Actividad n°3 del bloque 3

Actividad n°3:	“Muro compañero”
Desarrollo	<p>A través de una aplicación llamada Padlet, que se trata de un muro digital en red donde se pueden poner mensajes parecido a los post-it en formato de papel, es un muro que lo pueden ver todos los internautas.</p> <p>Lo que se pretende con este muro, es que cada persona realice una breve reflexión y adhiera mensajes de empatía y de apoyo a las personas que estén sufriendo ciberacoso.</p> <p>Para ello, primero se realizará en papel (después de pondrá en común en la pantalla digital). Por último, el docente que imparte el taller, lo traspasará a Padlet con la ayuda de los más mayores.</p>
Recursos	Post-it de colores (para que sea más visual), rotuladores, pizarra, pantalla digital (para proyectar el Padlet) y Padlet.
Temporalización	1 sesión de 75 minutos.

Tabla 15.

Actividad n°4 del bloque 3

Actividad n°4:	“Guía de protección”
Desarrollo	Los alumnos deberán de realizar, en grupo de 4 personas, una guía para personas que están sufriendo actualmente ciberbullying. Como, por ejemplo, a quién acudir, cuándo acudir, cómo pararlo, cómo protegerse, cómo solucionar el problema, etc. Para ello, los alumnos podrán explorar a través de internet para crear una guía de intervención a través de páginas

webs como UNICEF, UNESCO, APEAE, SAVE DE CHILDREN. Para finalizar, deberán de exponer esta guía a través de una presentación.

Recursos Páginas webs y ordenador.

Temporalización 1 sesión de 120 minutos.

5.4 Implementación Del Programa

5.4.1 Ámbito De Aplicación

Con respecto al ámbito de aplicación de este programa de prevención contra el ciberbullying, en primer lugar, hay que señalar que este programa se impartiría dentro de un contexto no formal, aunque, a su vez, se encuentra relacionado con el contexto educativo.

Las etapas a las que va dirigidas este programa son principalmente al primer ciclo de la ESO y a Bachillerato ya que, como se ha mencionado con anterioridad, los jóvenes de entre 16 y 24 años son las personas que más tiempo pasan en internet.

Como se ha mencionado en varias ocasiones, existe una necesidad emocional, educativa y digital de presentar este tipo de programas ya que es imprescindible poder prevenir situaciones como el ciberacoso y prevenir conductas de riesgo.

Haciendo referencia a los contextos en los que se podría aplicar este programa, hay que matizar que pueden ser varios, desde asociaciones, centros cívicos, talleres públicos propuesto por los ayuntamientos de las ciudades o diputaciones provinciales, así como centros de espacios jóvenes o campamentos de ocio. Al mismo tiempo, hay que tener en cuenta que este programa se pretende impartir como información y conocimientos complementarios a lo que se imparten en las aulas. Junto con esto, cabe destacar que lo ideal sería impartir dichas actividades como refuerzo

para los jóvenes y debería de estar proporcionado por las instituciones públicas de cada ciudad siempre y cuando se pueda.

5.4.2 Temporalización

La realización de estas actividades se impartirá en un periodo de tres meses, en este caso, la época elegida será entre los meses de marzo, abril y mayo de 2026. Como el programa consta de 3 bloques con 4 actividades, cada mes se llevarán a cabo las actividades de cada bloque.

En marzo, se realizará una actividad por semana del bloque 1, en abril una actividad por semana del bloque 2 y en mayo una actividad por semana del bloque 3. De esta manera, se realizarán todas las actividades de todos los bloques de manera equitativa y espaciada para que el alumnado mantenga la información presente de cara al próximo taller.

A continuación, en las Tablas 16, 17 y 18 se presenta el calendario de las sesiones y horarios en las que se impartirán las actividades. En este caso, el día de referencia para desarrollar el programa serán los miércoles.

Tabla 16.

Calendario del mes de marzo de 2026

MARZO 2026

						1
2	3	4 TALLER N°1 BLOQUE 1 (17:00H-18:00H)	5	6	7	8
9	10	11 TALLER N°2 BLOQUE 1 (17:00H-18:00H)	12	13	14	15
16	17	18 TALLER N°3 BLOQUE 1	19	20	21	22

		(17:00H-18:00H)				
23	24	25 TALLER N°4 BLOQUE 1 (17:00-18:00H)	26	27	28	29
30	31					

Tabla 17.

Calendario del mes de abril de 2026

ABRIL 2026

		1 TALLER N°1 BLOQUE 2 (17:00H-18:00H)	2	3	4	5
6	7	8 TALLER N°2 BLOQUE 2 (17:00H-19:00H)	9	10	11	12
13	14	15 TALLER N°3 BLOQUE 2 (17:00H-18:00H)	16	17	18	19
20	21	22 TALLER N°4 BLOQUE 2 (17:00H-18:00H)	23	24	25	26
27	28	29	30			

Tabla 18.

Calendario del mes de mayo de 2026

MAYO 2026

				1	2	3
4	5	6 TALLER N°1 BLOQUE 3	7	8	9	10

		(17:00H-18:30H)				
11	12	13 TALLER N°2 BLOQUE 3 (17:00H-19:00H)	14	15	16	17
18	19	20 TALLER N°3 BLOQUE 4 (17:00H-18:15H)	21	22	23	24
25	26	27 TALLER N°4 BLOQUE 4 (17:00H-19:00H)	28	29	30	31

5.5 Evaluación Del Programa

5.5.1 Métodos De Evaluación

Este programa se valorará a partir de dos evaluaciones. Por un lado, un análisis inicial que realizará cada alumno para saber los conocimientos que tienen sobre el fenómeno del ciberbullying en función de su edad. Por otro lado, para analizar cada bloque de actividades al finalizar cada uno de ellos, se hará una evaluación conjunta sobre lo que los alumnos han aprendido y la opinión que tienen sobre los talleres. El tipo de calificación se realizará a través de una rúbrica con diferentes ítems, como se muestra en las Tablas 19 y 20.

Tabla 19

Evaluación inicial realizada al alumnado

ÍTEM	SÍ	NO
Identifica el concepto de ciberbullying y lo sabe diferenciar del acoso escolar.		
Conoce las características del ciberbullying, así como sus características y tipos.		
Sabe explicar los riesgos emocionales, personales y digitales que supone la práctica del ciberbullying		

Sabe estrategias para prevenir el ciberbullying a través de redes sociales.

Utiliza las redes sociales de manera correcta y segura.

Tabla 20

Evaluación mensual por bloque

ÍTEM	Muy de Acuerdo	De Acuerdo	En Desacuerdo	Muy en Desacuerdo
Las actividades me han servido para aprender y conocer sobre el ciberbullying y el mundo digital.				
Me ha resultado sencillo comprender las prácticas a realizar y los conceptos referentes con el ciberbullying.				
He participado en las dinámicas y actividades de manera activa.				
Las actividades me han servido para saber afrontar situaciones de ciberbullying y ayudar a personas que estén en esta situación.				
Las actividades han sido coherentes y eficaces.				
Puedo poner en prácticas las dinámicas.				

6. LIMITACIONES Y BARRERAS

Para finalizar este programa de prevención contra el ciberbullying, es necesario realizar una reflexión autocrítica sobre los aspectos que se pueden mejorar y modificar para poner en práctica este programa de la mejor manera posible, por lo que es necesario matizar las limitaciones que puede presentar dicho programa.

En primer lugar, hay que tener en cuenta que este programa está dirigido a población adolescente, por lo que no siempre se va a poder llevar a cabo en barrios en los que puede existir absentismo ya que, en su gran mayoría, no acuden al aula dentro del contexto formal y es poco probable que acudan a dichos talleres ya que no son obligatorios.

Unido a ello, es importante aumentar el interés de las familias para que acudan a los talleres. Así mismo, puede darse la posibilidad de que, tanto las familias como el alumnado, normalicen estas situaciones de ciberacoso definiéndolas como actuaciones propias de jóvenes, siendo esto todo lo contrario.

Otra de las limitaciones que se podría encontrar en este programa, es que no todos los espacios incluidos en el ámbito no formal disponen de material digital para realizar varias actividades y, en muchas ocasiones, la existencia de espacios públicos para realizar estos mismos es muy baja por lo que no se podría llegar a realizar la propuesta.

Además, la falta de continuidad por parte del alumnado que acuda a los talleres puede verse afectada si no se presenta con una mínima estabilidad, es decir, es contraproducente que, yendo únicamente a dos sesiones, pueda adquirir los conocimientos necesarios sobre el ciberbullying, así como prevenir e intervenir en los casos existentes.

En conclusión, estas barreras y limitaciones no tienen que suponer un problema para participar en el desarrollo de este programa de prevención, pues tiene que observarse como una oportunidad de aprendizaje y, sobre todo, de reforzamiento sobre los conocimientos. Por ello, es imprescindible adaptar cada taller al contexto en el que se va a llevar a cabo y establecer una relación cordial y de interés con las familias, combinando los aspectos emocionales de los adolescentes, así como una evolución en su educación digital.

7. CONCLUSIONES

Tras el desarrollo y análisis de este TFM junto con sus correspondientes apartados, es necesario matizar los aspectos positivos y negativos que han sido clave para mi aprendizaje. Así, se exponen las conclusiones más destacadas e importantes que permiten concretar los resultados obtenidos, así como su puesta en práctica. Dichas valoraciones no solo sintetizan la información adquirida sino también una autocrítica sobre el proceso de realización del TFM.

En primer lugar, es necesario hacer alusión al concepto de ciberbullying cómo fenómeno y lo que supone en nuestra sociedad actualmente. Gracias a la información obtenida a través de diferentes revisiones bibliográficas, he podido ser consciente de la necesidad de brindar información, recursos y, sobre todo, estrategias para poder entender dicho concepto, así como sensibilizar a las personas de las implicaciones que requiere.

Además, hay que destacar la estrecha relación que guarda dicha práctica con una población específica, en este caso los adolescentes, puesto que con esta propuesta se evidencia la necesidad de dar voz a las personas que sufren ciberbullying, brindando apoyo a través de las diferentes actividades que se proponen. Con esto, quiero dejar claro que es imprescindible una posterior sensibilización sobre esta temática en esta etapa de la vida caracterizada por los diferentes cambios.

En segundo lugar, este trabajo me ha permitido empatizar con las víctimas y sus familias, así como la gran variedad de asociaciones que velan por sus intereses y por su bienestar integral. Al mismo tiempo, se han creado una serie de alternativas para prevenir este fenómeno y de algún modo ralentizar estos actos que causan gran malestar a las personas afectadas.

Teniendo en cuenta todo lo anterior, espero que este programa de prevención contra el ciberbullying pueda ayudar a personas que estén sufriendo este fenómeno, junto con personas que pueden aportar su granito de arena con estas dinámicas para su prevención.

8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Acosta, Y. (2018). Revisión teórica sobre la evolución de las teorías del aprendizaje. *Revista Vinculando*, 16(1). <https://vinculando.org/educacion/revision-teorica-la-evolucion-las-teorias-del-aprendizaje.html>
- AEPAE_Es. (2024). *Protocolo de actuación ante casos de acoso escolar*. AEPAE. <https://aepae.es/protocolo-de-actuacion>
- Albert, M. J, Ortega, I. y García, M. G. (2017). Educación en Derechos Humanos: formación ética-cívica de los educadores sociales como medio para prevenir el ciberbullying. *Pedagogía Social. Revista Interuniversitaria*, (30), 189-204. <https://gredos.usal.es/bitstream/handle/10366/139984/55250-177485-1-PB.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Álvarez de Sotomayor, I. D., Carril, P. C. M. y Sanmamed, M. G. (2021). Hábitos de uso de las redes sociales en la adolescencia: desafíos educativos. *Revista Fuentes*, 23(3), 280-295. <https://doi.org/10.12795/revistafuentes.2021.15691>
- Álvarez-Quiroz, G., Guerrero-Martelo, M., Algarín-Alcalá, S., Zamudio-González, R. y Sánchez-Márquez, N. (2023). Relación entre bullying, ciberbullying y autoestima: prevalencia y factores asociados en adolescentes de Colombia. *Zona Próxima*, 38, 88-109. <https://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/zona/article/view/13252/214421446312>
- Alvites, C. G. (2019). Adolescencia, ciberbullying y depresión, riesgos en un mundo globalizado. *Etic@ net: Revista científica electrónica de Educación y Comunicación en la*

Sociedad del Conocimiento, 19(1), 210-234.
<https://doi.org/10.30827/eticanet.v19i1.11867>

ANAR. (2024). *Fundación ANAR forma a 1.400 personas sobre “Prevención de la Violencia Escolar y Ciberbullying” en Elche*. Fundación ANAR. <https://www.anar.org/fundacion-anar-forma-a-1-400-personas-sobre-prevencion-de-la-violencia-escolar-y-ciberbullying-en-elche/>

Armero, P., Cuesta, B. y Bonet de Luna, C. (2011). Acoso escolar. *Pediatría Atención Primaria*, XIII (52), 661-670. <https://www.redalyc.org/pdf/3666/366638733014.pdf>

Aroca Ospina, V. (2023). *Factores de riesgo y factores protectores en el ciberacoso: Una revisión literaria* [Trabajo de Grado, Politécnico Grancolombiano]. <http://hdl.handle.net/10823/7032>

Asanza, M., Flores, E. y Berrones, B (2014). *El ciberbullying y sus consecuencias*. <https://www.eumed.net/rev/cccss/29/ciberbullying.html>

Astorga, C. y Schmidt, I. (2019). Peligros de las redes sociales: Cómo educar a nuestros hijos e hijas en ciberseguridad. *Revista Electrónica Educare*, 23(3), 339-362. https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-42582019000300339

Aveiga, V., Ostaiza, J., Macías, X., & Macías, M. (2018). Uso de la tecnología: entretenimiento o adicción. *Revista Caribeña de Ciencias Sociales*, 8, 1-15. <https://www.eumed.net/rev/caribe/2018/08/tecnologia-entretenimiento-adiccion.html>

- Baquero, A. y Avendaño, B. L. (2015). Diseño y análisis psicométrico de un instrumento para detectar presencia de ciberbullying en un contexto escolar. *Psychology, Society, & Education*, 7(2), 213-226. <https://doi.org/10.14201/eks.22168>
- Barón, J. O., y Carrascosa, L. (2018). *Malestar psicológico y apoyo psicosocial en víctimas de ciberbullying*. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2(1), 357-366. <https://www.redalyc.org/journal/3498/349856003038/html/>
- Belkhir, L., & Elmeligi, A. (2018). Assessing ICT global emissions footprint: Trends to 2040 & recommendations. *Journal of Cleaner Production*, (177), 448463. <https://doi.org/10.1016/j.jclepro.2017.12.239>
- Bermúdez, J. L. (2022). *El impacto del ciberacoso en el contexto educativo e intercultural de la provincia de Málaga: el papel de la mediación como alternativa a la gestión de los conflictos*. Proyecto de investigación. [Tesis Doctoral]. Universidad de Murcia]. <http://hdl.handle.net/10201/126387>
- Buelga, S., Cava, M. J., & Musitu, G. (2010). Cyberbullying: victimización entre adolescentes a través del teléfono móvil y de Internet. *Psicothema*, 22(4), 784-789. <https://reunido.uniovi.es/index.php/PST/article/view/8953>
- Cano, M. y Vargas, J. (2017). Actores del acoso escolar. *Revista médica Risaralda*, 24(1), 61-63. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0122-06672018000100011
- Cardozo, G. (2023). Conceptualizaciones y características del ciberbullying: un estudio con adolescentes escolarizados de Córdoba (Argentina). *Investigando en Psicología*, (24), 39-66. <https://doi.org/10.70198/iep.vi24.203>

- Carmona-Rojas, M., Ortega-Ruiz, R. y Félix, E. M. R. (2023). Acoso y ciberacoso, ¿qué es igual y qué es distinto? Un análisis de clases latentes. *Anales de Psicología*, 39(3), 435-445. <https://revistas.um.es/analesps/article/view/516581>
- Carvajal, Á. E. B. y Estrada, J. L. R. (2020). Vulneración del derecho a la intimidad personal y familiar en las redes sociales. *Revista Jurídica Crítica y Derecho*, 1(1), 49-60. <https://doi.org/10.29166/criticayderecho.v1i1.2447>
- Caurcel, M. J. y Crisol, E. (2022). Ciberacoso en estudiantes universitarios antes y 74 durante el confinamiento por la COVID-19. *Revista Educación XXI* (25), 67-91 <https://doi.org/10.5944/educxx1.30525>
- Cebollero, A., Cano, J. y Orejudo, S. (2021). *Abuso de Internet y adolescentes: gratificaciones, supervisión familiar y uso responsable. Implicaciones educativas y familiares. Digital Education Review*, 39, 42-59 <https://zaguan.unizar.es/record/110708>
- Cerezo, F. y Rubio, F. (2017). Medidas relativas al acoso escolar y ciberacoso en la normativa autonómica española. Un estudio comparativo. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, (1), 113-126. <https://revistas.um.es/reifop/article/view/253391/204791>
- Chen, Q., Lo, C. K. M., Zhu, Y., Cheung, A., Chan, K. L., & Ip, P. (2018). Family poly-victimization and cyberbullying among adolescents in a Chinese school sample. *Child Abuse & Neglect*, 77, 180-187. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2018.01.015>
- Chinchilla, A. L. C. y Díaz, E. N. (2023). Grooming y acoso sexual en línea: El significado y proceso de las vivencias de acoso sexual por medio de ambientes virtuales en adolescentes

- entre 13 y 15 años que viven en La Gran Área Metropolitana de Costa Rica. *Wímb Lu*, 18(1), 33-59. <https://doi.org/10.15517/wl.v18i1.54086>
- Cinema of Change. (2017). *Albert Bandura: The Power of Soap Operas*. [Video file]. <https://www.youtube.com/watch?v=i2uw76XQVU4>
- Currin, J. M. (2022). Linking sexting expectancies with motivations to sext. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 12(2), 209-217. <https://doi.org/10.3390/ejihpe12020016>
- De la Serna, J.M. (2017). ¿Qué es el Ciberacoso? En J.M. De la Serna. *Ciberacoso: Cuando el acosador se introduce por el ordenador* (pp. 11-16). Hackensack: Babelcube https://www.researchgate.net/publication/347511651_Que_es_el_Ciberacoso
- De Turiso, A. L. (2024). Causas y consecuencias del bullying o acoso escolar. *UNICEF España*. <https://www.unicef.es/blog/educacion/acoso-escolar>
- Dehue, F., Bolman, C. y Vollink, T. (2008). Cyberbullying: Youngsters' experiences and parental perception. *CyberPsychology & Behavior*, 11(2), 217-223. <https://doi.org/10.1089/cpb.2007.0008>
- Del Campo, A. (2022). *Las Redes Sociales más utilizadas: cifras y estadísticas*. IEBS. <https://www.iebschool.com/blog/medios-sociales-mas-utilizadas-redes-sociales/>
- Del Río, J., Bringue, X., Sádaba, C. y González, D. (2009). Cyberbullying: un análisis comparativo en estudiantes de Argentina, Brasil, Chile, Colombia, México, Perú y Venezuela. *Revista de Comunicación y Realidad*, 5(1), 307-316. <http://hdl.handle.net/10171/17800>

- Domínguez, J. y Portela, I. (2020). Violencia a través de las TIC: comportamientos diferenciados por género. *RIED. Revista Iberoamericana de Educación a Distancia*, 23(1), 273-286. <http://dx.doi.org/10.5944/ried.23.2.25916>
- Domínguez, V. I. (2020). Grooming. En A. E. de Bianchetti (Comp.), *XVI Jornadas y VI Internacional de Comunicaciones Científicas de la Facultad de Derecho y Ciencias Sociales y Políticas - UNNE* 63-65. Moglia Ediciones. <http://repositorio.unne.edu.ar/handle/123456789/29002>
- Elsaesser, C., Russell, B., Ohannessian, C. M. C., y Patton, D. (2017). Parenting in a digital age: A review of parents' role in preventing adolescent cyberbullying. *Aggression and Violent Behavior*, 35, 62-72. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2017.06.004>
- EMICI (s.f.). *Protocolo de actuación escolar ante el Cyberbullying. Información sobre el protocolo desarrollado por el grupo de investigación sobre cyberbullying EMICI*. <https://www.protocolo-ciberbullying.com/>
- Espinoza, T. C. y Macancela, G. M. (2020). *Prevalencia y factores asociados a bullying y cyberbullying en adolescentes de la Unidad Educativa Privada Kennedy, Cuenca 2019* [Proyecto de investigación previo a la obtención del título de Médico, Universidad de Cuenca]. Universidad de Cuenca. <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/33917>
- Espitia, J. I., Narváez, D. S. y Carreño, A. C. (2022). *Consecuencias emocionales y comportamentales del cyberbullying en el adulto joven de 18 a 35 años* [Tesis doctoral. Universidad Cooperativa de Colombia].

<https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/7c3954e6-bb4b-446e-a692-8fe3ffdfa03c/content>

Farrington, D. P. (2020). The importance of risk factors for bullying perpetration and victimization. *Journal de Pediatría*, 96, 667-669.

<https://www.scielo.br/j/jped/a/Y3VsQVXh4WFCQ54rDr9tWLm/>

Federación de Mujeres Progresistas. (2020). *Guía informativa sobre ciberviolencias y delitos de odio por razón de género*. Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social, Gobierno de España.

https://observatorioviolencia.org/wp-content/uploads/guiaciberacosofmp_2020.pdf

Fundación SERES. (2021). *Impacto Digitalización HP SERES*.

<https://www.fundacionseres.org/Lists/Informes/Attachments/1149/Impacto%20Digitalizacion%20HP%20SERES.pdf>

Garaigordobil, M. (2011). Prevalencia y consecuencias del cyberbullying: una revisión. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 11(2), 233-254.

<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=56019292003>

Garaigordobil, M. (2015). Cyberbullying en adolescentes y jóvenes del País Vasco: Cambios con la edad. *Anales de Psicología*, 31(3), 1069-1076.

<https://doi.org/10.6018/analesps.31.3.179151>

Garaigordobil, M. y Machimbarrena, J. M. (2019). Victimization and perpetration of bullying/cyberbullying: connections with emotional and behavioral problems and childhood stress. *Psychosocial Intervention*, 28(2), 67-73.

<http://dx.doi.org/10.5093/pi2019a3>

- García-Sánchez, M. (2023). Prevención del ciberbullying en estudiantes de Secundaria Básica. *Revista Electrónica Científico Pedagógica*, 44, 1-10. <http://revistas.ucpejv.edu.cu/index.php/rJEdu/article/view/1971/3085>
- Gavilanes, C. M. (2022). *Plan de intervención para fortalecer habilidades sociales en adolescentes de una unidad educativa*. [Proyecto de investigación previo a la obtención del título Maestría en Psicología Clínica con mención en Psicoterapia Infantil y Adolescentes]. Pontificia Universidad Católica del Ecuador. Sede Ambato. <https://repositorio.puce.edu.ec/handle/123456789/9413>
- Giménez-Gualdo, A. M., Galán-Casado, D. A. y Moraleda-Ruano, Á. (2021). Key competences to develop school cibercoexistence: The “ICT Peer Support” program. *Education in the Knowledge Society*, 22, e22168. <https://doi.org/10.14201/eks.22168>
- Giumetti, G., Kowalski, R. M. & Feinn, R. S. (2020). Predictors and outcomes of cyberbullying among college students: A two-wave study. *Aggressive Behavior Wiley*, (48), 40-54. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1002/ab.21992>
- Gómez, L., López, N. y Vicente, D. (2024). De la necesidad de socializar al fast-ocio digital: una infinita conversación juvenil en redes sociales. *Revista de Comunicación*, 157, 1-23. <http://doi.org/10.15178/va.2024.157.e1542>
- Gómez-Nashiki, A. (2021). Cyberbullying: Argumentos, acciones y decisiones de acosadores y víctimas en escuelas secundarias y preparatorias de Colima, México. *Revista Colombiana de Educación*, 83, 209-230. <https://doi.org/10.17227/rce.num83-10681>
- Gómez-Ortiz, O., Apolinario, C., Romera, E. M., & Ortega-Ruiz, R. (2019). The role of family in bullying and cyberbullying involvement: Examining a new typology of parental education

- management based on adolescents' view of their parents. *Social Sciences*, 8(1), 1-15.
<https://doi.org/10.3390/socsci8010025>
- Gómez-Ortiz, O., Romera-Felix, E. M., & Ortega-Ruiz, R. (2017). Multidimensionality of social competence: Measurement of the construct and its relationship with bullying roles. *Revista de Psicodidáctica*, 22(1), 37-44.
<https://ojs.ehu.es/index.php/psicodidactica/article/view/15702/18010>
- Güemes-Hidalgo, M., Ceñal, M. J. e Hidalgo, M. I. (2017). Desarrollo durante la adolescencia. Aspectos físicos, psicológicos y sociales. *Pediatría Integral*, 21(4), 233-244.
[https://www.pediatriaintegral.es/wp-content/uploads/2017/06/Pediatria-Integral-XXI-4 WEB.pdf](https://www.pediatriaintegral.es/wp-content/uploads/2017/06/Pediatria-Integral-XXI-4_WEB.pdf)
- Hinduja, S. & Patchin, J. (2018). *Teen Sexting: a brief guide for educators and parents*. Cyberbullying Research Center. <https://cyberbullying.org/sexting-research-summary.pdf>
- Idrovo, J. H. V., Herrera, D. G. G., Encalada, S. C. O. y Álvarez, J. C. E. (2020). Ciberbullying y sus factores de riesgo. *Episteme Koinonia: Revista Electrónica de Ciencias de la Educación, Humanidades, Artes y Bellas Artes*, 3(1), 577-597.
<https://doi.org/10.35381/e.k.v3i1.1028>
- Instituto Nacional de Estadística. (2023). Población que usa Internet (en los últimos tres meses). *Encuesta sobre Equipamiento y Uso de Tecnologías de Información y Comunicación en los Hogares*. <https://www.ine.es>
- Jiménez, M., Berrocal, E., y Alonso, M. (2021). *Prevalencia y características del acoso y ciberacoso entre adolescentes*. *Universitas Psychologica*, 20, 1-14.
<https://www.redalyc.org/journal/647/64768658002/64768658002.pdf>

Junta de Andalucía. (s.f.). *Decálogo Prevención Ciberacoso.*

<https://www.juntadeandalucia.es/educacion/portals/ishare-servlet/content/ad1872eb-8e2d-40b8-b654-e37fd6e3ffb5>

Kowalski, R. M., Limber, S. P., & McCord, A. (2019). A developmental approach to cyberbullying: Prevalence and protective factors. *Aggression and Violent Behavior, 45*, 20-32. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2018.02.009>

Kuss, D.J., Kristensen, A.M., & Lopez-Fernandez, O. (2020). Internet addictions outside of Europe: A systematic literature review. *Computers in Human Behavior, 115*, 106621-106621. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106621>

Lacasa, C. S. y Ramírez, F. C. (2018). Consecuencias psicológicas, sociales y académicas del cyberbullying: una revisión teórica. *La Convivencia Escolar: Un Acercamiento Multidisciplinar. Volumen III.* (Ed.) ASUNVEP
<https://formacionasunivep.com/Vcice/files/libro%20convivencia%20completo.pdf>

Lardies, F. y Potes, M. V. (2022). Redes sociales e identidad: ¿desafío adolescente? *Avances en Psicología, 30*(1), 1-17. <https://doi.org/10.33539/avpsicol.2022.v30n1.2528>

Legate, N., Weinstein, N. & Przybylski, A. K. (2019). Parenting strategies and adolescents' cyberbullying behaviors: evidence from a preregistered study of parent-child dyads. *Journal of Youth and Adolescence, 48*(2), 399-409. <https://doi.org/10.1007/s10964-0180962-y>

León, M. E. A., Solórzano, D. Y. V. y Vélez, C. K. Z. (2023). Redes sociales y el comportamiento de los adolescentes en la comunicación digital. *Polo del Conocimiento: Revista científico-profesional, 8*(10), 357-371. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/9205973.pdf>

Ley Orgánica 10/1995, de 23 de noviembre, del Código Penal, BOE-A 1995- 25444, de 23 de noviembre de 1995. <https://www.boe.es/eli/es/lo/1995/11/23/10/con>

Ley Orgánica 2/2010, de 15 de junio, de Autoridad del profesor. *Boletín Oficial del Estado*, núm. 238, de 1 de octubre de 2010. <https://www.boe.es/boe/dias/2010/10/01/pdfs/BOE-A-2010-15028.pdf>

Ley Orgánica 8/2021, de 4 de junio, de protección integral a la infancia y a la adolescencia frente a la violencia, de 4 de junio de 2021. <https://www.boe.es/eli/es/lo/2021/06/04/8/con>

Llonch, E., (2024). *¿Qué son las redes sociales? Tipos, usos y ventajas*. <https://www.cyberclick.es/numerical-blog/que-son-las-redes-sociales-y-cuales-son-las-mas-importantes>

López de Ayala, M., Martínez-Pastor, E. y Catalina-García, B. (2019). Nuevas estrategias de mediación parental en el uso de las redes sociales por adolescentes. *El profesional de la Información*, 28(5), 1-11. <https://doi.org/10.3145/epi.2019.sep.23>

Lucas-Molina, B., Pérez-Albéniz, A., & Giménez-Dasí, M. (2016). La evaluación del cyberbullying: situación actual y retos futuros. *Papeles del Psicólogo*, 37(1), 27-35. <https://www.redalyc.org/journal/778/77844204004/html>

Luengo, J. A. (2011). *Ciberbullying. Guía de recursos para centros educativos en casos de ciberacoso*. Defensor del Menor en la Comunidad de Madrid. <http://www.madrid.org/bvirtual/BVCM013909.pdf>

Machimbarrena, J. M., González-Cabrera, J. y Garaigordobil, M. (2019). Variables familiares relacionadas con el bullying y el cyberbullying: una revisión sistemática Análisis y

- prevención del cyberbullying. *Pensamiento Psicológico*, 17(2), 37-56.
<https://dx.doi.org/10.11e144/javerianacali.ppsi17-2.vfrb>
- Madrid, E. J., Valdés, Á. A., Urías, M., Torres, G. M. y Parra-Pérez, L. G. (2020). Factores asociados al ciberacoso en adolescentes. Una perspectiva ecológico-social. *Perfiles Educativos*, 42(167), 68-83.
https://perfileseducativos.unam.mx/iisue_pe/index.php/perfiles/article/view/59128/52431
- Maldonado-Berea, G. A., García-González, J. y Sampedro-Requena, B. E. (2019). El efecto de las TIC y redes sociales en estudiantes universitarios. *RIED. Revista Iberoamericana de Educación a Distancia*, 22(2), 153-176. <https://doi.org/10.5944/ried.22.2.23178>
- Marín, V. y Cabero, J. (2019). Las redes sociales en educación: desde la innovación a la investigación educativa. *RIED-Revista Iberoamericana de Educación a Distancia*, 22(2), 25-33. <https://doi.org/10.5944/ried.22.2.24248>
- Martínez, M. R. (2018). Cyberbullying. *Publicaciones Didácticas*, 96, 468-488.
<https://core.ac.uk/download/pdf/235852423.pdf>
- Matamala, C. (2016). Uso de las TIC en el hogar: Entre el entretenimiento y el aprendizaje informal. *Estudios Pedagógicos*, 42(3), 293-311.
https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718-07052016000400016&script=sci_arttext
- Mendoza, K. H. y Mera, G. L. (2019). Adicción a las redes sociales y conducta suicida en los adolescentes de Montecristi: Artículo de investigación. *Revista Científica de Psicología Nuna Yachay*, 2(3), 2-14. <https://publicacionescd.uleam.edu.ec/index.php/nuna-yachay/article/view/113>

- Mendoza, L. E. (2012). *Acoso cibernético o cyberbullying: Acoso con la tecnología electrónica*. *Pediatría Mexicana*, 14(3), 133-146. <https://www.medigraphic.com/pdfs/conapeme/pm-2012/pm123g.pdf>
- Ministerio de Educación y Formación Profesional. (s.f.). *Guía de actuación contra el ciberacoso*. https://www.educa2.madrid.org/web/educamadrid/principal/files/a6076d91-b641-4b02-8b7b-346013e272d7/MEC_GUIA%20ACTUACION%20CONTRA%20CIBERACOSO.pdf?t=1487774035120
- Miño, L. D. (2019). *El bullying en la política educativa: Supuestos normativos y estado del arte*. Escuela de Gobierno, Especialización en Políticas Educativas. <https://www.tramared.com/revista/items/show/73>
- Montiel, I. (2019). Ciberacoso Sexual en adolescentes: creencias erróneas. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 11(3), 19-30. <https://doi.org/10.33881/2027-1786.rip.11302>
- Moreira de Freitas, R. J., Carvalho-Oliveira, T. N., Lopes de Melo, J. A., do Vale e Silva, J., de Oliveira e Melo, K. C., & Fontes-Fernandes, S. (2021). Percepciones de los adolescentes sobre el uso de las redes sociales y su influencia en la salud mental. *Enfermería Global*, 20(64), 324-364. https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1695-61412021000400324&script=sci_arttext
- Neyra, O. (2021). Cyberbullying: El acoso escolar en el ciberespacio e implicancias psicológicas. *Hamut'ay*, 8(1), 67-74. <http://dx.doi.org/10.21503/hamu.v8i1.2238>

- Nocentini, A., Fiorentini, G., Di Paola, L. & Menesini, E. (2019). Parents, family characteristics and bullying behavior: A systematic review. *Aggression and Violent Behavior*, 45, 4150. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2018.07.010>
- Núñez-Manzueta, A. M. (2022). Teoría del aprendizaje desde las perspectivas de Albert Bandura y Burrhus Frederic Skinner: vinculación con aprendizaje organizacional de Peter Senge. *UCE Ciencia. Revista de postgrado*, 10(3), 1-36. <https://uceciencia.edu.do/index.php/OJS/article/view/295>
- Organización Mundial de la Salud. OMS. (2019). *Salud del adolescente*. https://www.who.int/es/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1
- Ortega-Barón, J. y Carrascosa, L. (2018). Malestar psicológico y apoyo psicosocial en víctimas de ciberbullying. *Revista INFAD de Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2(1), 357-366. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2018.n1.v2.1241>
- PantallasAmigas. (2019). *¿Qué es el ciberacoso escolar?* [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=PNFiYVsost4>
- Pardo, E. y Souza, S. B. (2022). Ciberacoso en Chile: evidencias y rutas para futuras investigaciones a partir de una revisión sistemática. *Estudios Pedagógicos (Valdivia)*, 48(3), 335-355. <https://doi.org/10.4067/s0718-07052022000300335>
- Pérez, M. y Quiroga, A. (2019). Uso compulsivo de sitios de redes sociales, sensación de soledad y comparación social en jóvenes. *Redes. Revista Hispana para el Análisis de Redes Sociales*, 30(1), 68-78. <https://revistes.uab.cat/redes/article/view/v30-n1-perez-quiroga/pdf-809-es>

- Ramos-Noboa, I., Larzabal-Fernández, A., y Moreta-Herrera, R. (2020). Estructura factorial y fiabilidad del Cyberbullying Questionnaire (CBQ) y su complemento (CBQ-V) en adolescentes ecuatorianos. *Actualidades en Psicología*, 34(128), 35-50. <https://doi.org/10.15517/ap.v34i128.35408>
- Reinoso, W. A. (2023). La Influencia del Ciberbullying en el Desempeño Académico de los Estudiantes de 7mo Año de Educación Básica del Paralelo “B” de la (E.E.B) Antonio José de Sucre. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(5), 9713-9732. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i5.8535
- Riese, J. y Urbanski, J. (2018). *Programa Olweus para Prevenir el Acoso Escolar*. Universidad Nacional Autónoma de México. <https://archivos.juridicas.unam.mx/www/bjv/libros/12/5612/5.pdf>
- Rigo, D. Y. y Donolo, D. (2019). Implicación familiar y compromiso escolar: el desafío de crear puentes. *Psicologia da Educação*, (48), 25-34. http://educa.fcc.org.br/scielo.php?pid=S2175-35202019000100004&script=sci_arttext
- Rivadulla, J. C. y Rodríguez, M. (2019). Ciberacoso escolar: experiencias y propuestas de jóvenes universitarios. *RIED. Revista Iberoamericana de Educación a Distancia*, 22(2), 179-201. <http://dx.doi.org/10.5944/ried.22.2.23541>
- Roman-Acosta, D. y Barón Velandia, B. (2023). Del conocimiento individual a la sinergia colectiva: potenciando la colaboración en las redes de investigación. *Estrategia y Gestión Universitaria*, 11(2), 221-251. <https://doi.org/10.5281/zenodo.10085278>
- Romera, E. M., Cano, J. J., García-Fernández, C. M., & Ortega-Ruiz, R. (2016). Cyberbullying: competencia social, motivación y relaciones entre iguales. *Comunicar: Revista Científica*

Iberoamericana de Comunicación y Educación, 48(3), 71-79.
<http://dx.doi.org/10.3916/C48-2016-07>

Sabater, M. y Montes, F. (2018). Influencia de las redes sociales en los trastornos de la conducta alimentaria: revisión de la literatura [Tesis de Enfermería, Escola Universitària d'Infermeria Gimbernat]. <https://eugdspace.eug.es/handle/20.500.13002/508>

Sain, G. (2018). Hacia una nueva ley de grooming. *Pensamiento Penal*, 28-29.
<https://www.pensamientopenal.com.ar/index.php/system/files/2018/04/doctrina46451.pdf>

Sánchez, J. P., Magaña, L. y Telumbre, J. Y. (2022). Características de ciberbullying en adolescentes escolarizados. *Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*, 9(2), 1-18. <https://doi.org/10.46377/dilemas.v9i2.3140>

Sánchez, X., Jaramillo, J. A. y Benítez, C.R. (2018). El bullying en el contexto educativo. *Revista Sociedad & Tecnología*, 1(1), 28-37.
<https://institutojubones.edu.ec/ojs/index.php/societec/article/view/82/371>

Sánchez-Valle, M., de-Frutos-Torres, B. y Vázquez-Barrio, T. (2017). La influencia de los padres en la adquisición de habilidades críticas en Internet. *Comunicar*, 25(53), 103-111. <https://doi.org/10.3916/C53-2017-10>

Save The Children. (2019). *Grooming, qué es, cómo detectarlo y prevenirlo*.
<https://www.savethechildren.es/actualidad/grooming-que-es-como-detectarlo-y-prevenirlo>

Save the Children. (2024). *Nuevo informe: Casi 9 de cada 10 adolescentes se conectan varias veces al día a internet o están permanentemente en la*

red. <https://www.savethechildren.es/notasprensa/nuevo-informe-casi-9-de-cada-10-adolescentes-se-conectan-varias-veces-al-dia-internet-o>

Smith, P. K. (2015). The nature of cyberbullying and what we can do about it. *Journal of Research in Special Educational Needs*, 15(3), 176-184. <https://doi.org/10.1111/1471-3802.12114>

Tió, J. (2020). *La formación del sentimiento de identidad en la adolescencia. Temas de Psicoanálisis*, (20), 1-29. <https://www.temasdepsicoanalisis.org/wp-content/uploads/2020/07/Jorge-Tió.-La-formación-del-sentimiento-de-identidad-en-la-adolescencia..pdf>

UNICEF (2024). Ciberacoso: qué es, impacto y cómo detenerlo. *UNICEF España*. <https://www.unicef.es/blog/educacion/ciberacoso-que-es-impacto-y-como-detenerlo>

UNICEF España. (2021). *¿Qué es el ciberacoso?* [Video]. YouTube. https://www.youtube.com/watch?v=P3dfhC_LLRg

Universidad Complutense de Madrid. (2023). *Casi dos estudiantes por clase sufren acoso escolar en España*. <https://www.ucm.es/i-estudio-acoso-escolar-ciberacoso-espana>

Valdés, A., Martínez-Ferrer, B., & Carlos, E. (2018). The role of teaching practices in the prevention of school violence among peers. *Revista de Psicodidáctica*, 23(1), 33-38. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1136103417301041?via%3Dihub>

Vera, J. L., Quintero, H., García, V. R. y Montiel, G. (2020). *Competencias digitales del docente y su incidencia en la calidad de educación virtual en Ecuador*. Universidad Técnica de Babahoyo.

[https://www.academia.edu/43823231/Competencias digitales del docente y su inciden-
cia en la calidad de educaci%C3%B3n virtual en Ecuador](https://www.academia.edu/43823231/Competencias_digitales_del_docente_y_su_inciden-
cia_en_la_calidad_de_educaci%C3%B3n_virtual_en_Ecuador)

Villacampa, C. (2016). Sexting: Prevalencia, características personales y conductuales y efectos en una muestra de adolescentes en España. *Revista General de Derecho Penal*, 25, 1-36.

<https://repositori.udl.cat/server/api/core/bitstreams/86dc9261-7b4f-4bfb-a441-9ae3cb5f1875/content>

Yot-Domínguez, C. y Cotán Fernández, A. (2020). Las familias en la investigación sobre el ciberbullying. *EduTec. Revista Electrónica de Tecnología Educativa*, (73), 140-156.

<https://doi.org/10.21556/edutec.2020.73.1537>

Zych, I., Beltrán-Catalán, M., Ortega-Ruiz, R., & Llorent, V. J. (2018). Social and emotional competencies in adolescents involved in different bullying and cyberbullying roles. *Revista de Psicodidáctica*, 23(2), 86-93. <https://doi.org/10.1016/j.psicoe.2017.12.001>

Zych, I., Farrington, D. P., & Ttofi, M. M. (2019). Protective factors against bullying and cyberbullying: A systematic review of meta-analyses. *Aggression and Violent Behavior*, 45, 4-19. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2018.06.008>

9. ANEXOS

ANEXO I.

En el siguiente anexo se presentarán las preguntas realizadas a través de la aplicación “Kahoot” utilizada en la actividad nº4 del bloque 2.

Figura 1

Primera pregunta del Kahoot de la actividad nº4 del bloque 2.



Figura 2

Segunda pregunta del Kahoot de la actividad nº4 del bloque 2.



Figura 3

Tercera pregunta del Kahoot de la actividad nº4 del bloque 2.

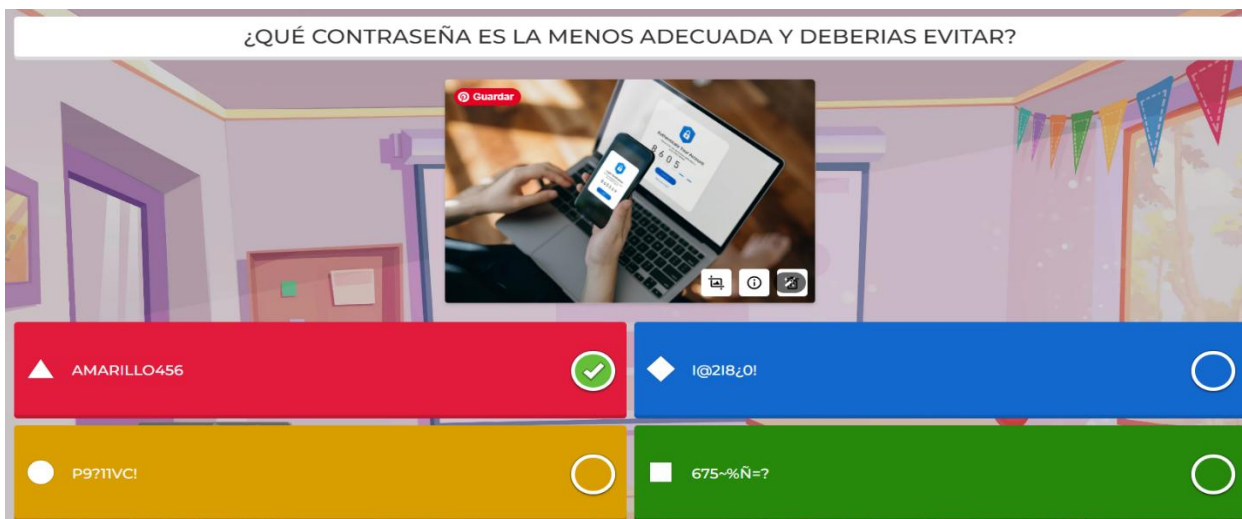


Figura 4

Cuarta pregunta del Kahoot de la actividad nº4 del bloque 2.



Figura 5

Quinta pregunta del Kahoot de la actividad nº4 del bloque 2.



ANEXO II

En el siguiente anexo, se presentará el muro de Padlet con mensajes de apoyo ficticios que tendrían que crear los alumnos que acudan a las actividades.

En la figura 6 se presenta la pantalla inicial de los mensajes que pueden ir poniendo las personas. Como se puede observar, aparece un código QR, que se escanea y aparecen los mensajes de apoyo creados por los compañeros. En este caso, los nombres de los comentarios son ficticios.

Figura 6

Actividad “Muro compañero”.

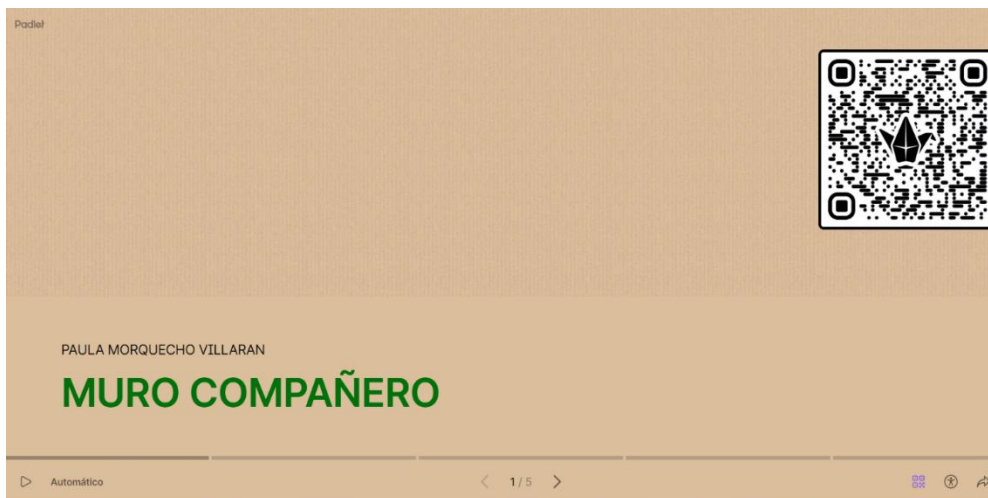


Figura 7

Actividad “Muro Compañero”, ejemplo de mensaje de apoyo n°1.

Podiel PAULA MORQUECHO VILLARAN

JUAN GARCIA

Para todas las personas que estén pasando por una situación de ciberacoso, ¡No estas solo, pide ayuda cuando la necesites y recibirás un gran apoyo por parte de la gente que te quiere!




Figura 8

Actividad “Muro Compañero”, ejemplo de mensaje de apoyo n°2

Podiel PAULA MORQUECHO VILLARAN

MARTA SÁNCHEZ

Tu valor como persona, no depende de lo que diga el resto, eres fuerte, valiente y sobre todo único. Tolerancia 0 frente al ciberbullying.





Figura 9

Actividad “Muro Compañero”, ejemplo de mensaje de apoyo nº3

Padlet PAULA MORQUECHO VILLARAN

LORENA GÓMEZ

Eres más fuerte de lo que crees y por supuesto vales más que esos mensajes que recibes de gente ajena. Un mensaje o una publicación no te define. ¡Puedes con todo!



EL CIBERBULLYING NO ES UN JUEGO

PERO AHORA TENEMOS UN JUEGO PARA ENTENDERLO MEJOR

¿TE UNES?

Automático < 4 / 5 >

Detailed description: A cartoon illustration on a brown background. A woman on the left says, 'EL CIBERBULLYING NO ES UN JUEGO'. A man on the right replies, 'PERO AHORA TENEMOS UN JUEGO PARA ENTENDERLO MEJOR'. A third person asks, '¿TE UNES?'. The man is holding a smartphone displaying a game interface.

Figura 10

Actividad “Muro Compañero”, ejemplo de mensaje de apoyo nº4

Padlet PAULA MORQUECHO VILLARAN

FRANCISCO ÁLVAREZ

Bloquea y aléjate. Siempre vas a tener a alguien para contárselo y por supuesto que te comprenda. Nadie tiene derecho a hacerte daño, ni a través de internet ni en persona.



CONTRA EL ACOSO EN TODAS SUS FORMAS

Detailed description: A graphic with a dark blue background. It features a hand holding a smartphone with a red heart icon. Above the hand are several red hearts. The text 'CONTRA EL ACOSO EN TODAS SUS FORMAS' is written in white and blue. At the bottom, there is a small logo and some text.