



**UNIVERSIDAD DE JAÉN**  
Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación

## Trabajo Fin de Grado

# El bullying: Un problema a resolver

**Alumno: María Gámez Sánchez**

Tutor: Prof. D. Santiago Pelegrina

Dpto: Psicología

Junio, 2014

## **RESUMEN**

La presente revisión bibliográfica introduce en uno de los problemas de especial importancia y actualidad en los centros escolares: el *bullying*. Partiendo de la elaboración, con ayuda de distintos autores, de una definición de lo que este término significa hoy, se abordan después las características de este tipo de violencia, señalando también algunos aspectos relacionados con su desarrollo y definiendo las características de los sujetos implicados en este tipo de agresión. A continuación, se detiene en uno de los instrumentos especialmente útiles en la erradicación del *bullying*: los programas de intervención. Finaliza aportando una propuesta de actividades para prevenir el *bullying* en el aula.

**PALABRAS CLAVE:** *bullying*, agresividad, conductas violentas, agresión activa, agresión proactiva, agresor, víctima, programas de intervención.

## **ABSTRACT**

This bibliographic review talks about one of the most important, special and present problems. This problem is called "*bullying*". Starting from the meaning of "*bullying*" as a definition, with the help of different authors today, we treat the characteristics of this violence, pointing to several aspects to the problem and its development and, defining how can be the aggressors. Later, we stop in one of the specially useful instruments to eradicate "*bullying*" called "intervention programs". Finally we provide a proposition of activities to prevent "*bullying*" in the classroom.

**KEY WORDS:** *bullying*, aggressiveness, violent behaviours, active aggression, proactive aggression, aggressor, victim, intervention programs.

## ÍNDICE

<b>1. Introducción</b> .....	4
<b>3. Características de este tipo de violencia</b> .....	4
<b>4. La agresividad como generación de las conductas violentas</b> .....	7
<b>5. Características del agresor y de la víctima</b> .....	9
<b>5.1. El agresor</b> .....	9
<b>5.2. La víctima</b> .....	10
<b>6. Factores que influyen en los comportamientos agresivos del <i>bullying</i></b> .....	11
<b>7. Programas para prevenir y solucionar el <i>bullying</i></b> .....	14
<b>7.1. Ejemplo de programa de intervención</b> .....	16
<b>8. Actividades para prevenir el <i>bullying</i> en el aula</b> .....	18
<b>8.1. Actividades para realizar durante el curso</b> .....	18
<b>8.2. Actividades específicas para trabajar en “La semana contra el <i>bullying</i>.”</b> .....	19
<b>9. Conclusión</b> .....	22
<b>10. Bibliografía</b> .....	22
<b>Anexo</b> .....	23

## 1. INTRODUCCIÓN

En la actualidad existen nuevos problemas en los centros escolares, que dificultan el aprendizaje académico del alumno y la buena convivencia en el aula. Uno de estos problemas es el *bullying*.

Si nos remontamos al origen de este fenómeno, vemos que ha existido desde siempre, pero fue a finales del siglo XX cuando se le empezó a dar la importancia que realmente tiene ahora. Hasta entonces no había sido analizado ni tratado debidamente porque se consideraban más peligrosos otro tipo de problemas como, por ejemplo, la violencia entre adultos.

Con el auge del estado del bienestar, los investigadores comenzaron a emplear más tiempo para dedicarse al estudio del *bullying*, lo que ha supuesto un mayor conocimiento de todos los detalles de este tipo de violencia. Así pues, uno de los primeros doctores en investigar sobre este tema fue Peter-Paul Heinemann, que procedió a analizar las conductas agresivas implicadas en el *bullying* para intentar avanzar en su conocimiento.

En este trabajo vamos a tratar de definir el concepto de *bullying*, conocer algunas de sus características, comprender cómo se comportan las personas implicadas en él y por último, plasmaremos una de las intervenciones hechas para ser aplicadas en el aula con objeto de acabar con este problema.

## 2. HACIA UNA DEFINICIÓN DE *BULLYING*

El término *bullying* es de procedencia inglesa. No tiene un significado literal en español, pero si tenemos en cuenta que proviene del término “*bull*” que significa *matón*, podemos hacernos una idea del sentido de esta palabra.

El concepto de “*bullying*” es bastante amplio y difícil de especificar. De hecho se han realizado muchas investigaciones y estudios para especificar su naturaleza y para corroborar qué tipo de actos de agresión pueden incluirse dentro de este tipo de violencia.

Para empezar, indicamos que se trata de una serie de conductas negativas repetidas, realizadas por un alumno (agresor) que influyen sobre otro (víctima), provocándole al segundo un fuerte sufrimiento. Estas malas conductas, como son la intimidación, el acoso, la agresión física y psicológica o la exclusión son propiciadas por el agresor hacia la víctima de una manera continuada y sostenida en el tiempo, a

menudo para divertirse. El alumno que agrede es quien tiene el poder sobre la víctima, llegando a convertirla en una persona sumisa.

Cabe destacar que las agresiones que se dan en el *bullying* no tienen justificación, es decir, el agresor no se fundamenta en ninguna razón de peso para golpear, acosar o intimidar a la víctima y además provoca que se encuentre ante un problema de victimización psicológica, ya que estas actitudes consiguen que acabe en un estado profundo de debilidad. Afortunadamente, muchos de los casos de violencia entre escolares duran poco tiempo, porque el alumno que los sufre reacciona adecuadamente, se da cuenta de que está siendo agredido o acosado y como consecuencia de esto pide ayuda. Sin embargo, si la víctima no cuenta lo que le sucede a sus familiares para que estos intervengan en su momento, las agresiones se prolongarán aún más en el tiempo provocándole profundos daños psicológicos de los que será difícil que se recupere a largo plazo. Incluso ha llegado a haber casos en los que algunas víctimas, al verse incapaces de frenar la situación de maltrato, han optado por el suicidio.

Aparte de la definición anterior, han sido varios los autores que han intentado definir de una forma más precisa este concepto. Por ejemplo Ortega, (2010, cit. en Ortega, 2010:81) en *“Agresividad injustificada, bullying y violencia escolar”*, plantea que *“el bullying implica reiteradas acciones negativas dirigidas a un niño concreto por parte de uno o más estudiantes”*. Por su parte, Olweus; Lowenstein; Besag y Cerezo, (1973; 1974; 1989; 1991; cit.en Cerezo, 2001), en *“La violencia en las aulas”*, definen este concepto de modo simple como una *“forma de emplear la conducta agresiva intencionada y perjudicial, cuyos protagonistas son jóvenes escolares”*. Además Olweus, (1989, cit.en Ortega & Mora-Merchán, 2001), en *“Violencia escolar: Mito o realidad”*, concretó más sobre este tipo de violencia afirmando lo siguiente: *“Decimos que un alumno está siendo intimidado cuando otro estudiante, o grupo de estudiantes, dice cosas desagradables o incómodas a él o a ella. También se considera bullying cuando un estudiante es golpeado, pegado, amenazado o encerrado en una habitación o acciones parecidas. Estas situaciones pueden tener lugar frecuentemente y es difícil para el estudiante intimidado defenderse por sí mismo. También se considera bullying cuando un estudiante es molestado repetidamente de forma negativa”*. Por último, es importante señalar la información aportada por Smith, (1989, cit. en Ortega & Mora-Merchán, 2000), en *“Violencia escolar: Mito o realidad,”* sobre el fenómeno *bullying*: *“El bullying es el daño intencional que un alumno o grupo de ellos causa a un*

*compañero. Este daño puede ser físico o psicológico y tomar distintas formas: golpear, insultar, robar, contar chismes o aislar socialmente”.*

Sin embargo hay comportamientos que, aunque implican agresividad entre iguales, no se consideran *bullying*, como por ejemplo la pelea o discusión de dos estudiantes de la misma fuerza. Por su parte Smith, (1989, cit. en Ortega & Mora-Merchán, 2000), en “*Violencia escolar: Mito o realidad*” destaca una condición que nos indica cuando una situación no pertenece al fenómeno *bullying*. En concreto: “*El bullying no se puede confundir con las conductas irritantes dependientes de contexto, menos grave, ni tampoco con juegos más o menos molestos*”.

El significado del fenómeno *bullying* es parecido al de violencia escolar. Ambos se diferencian únicamente en que la violencia escolar sólo se da en los colegios y no tiene porque ser sostenida en el tiempo, mientras que el *bullying*, en cambio, se puede dar también fuera de las aulas y es prolongado en el tiempo.

Observando estas definiciones se puede deducir el peligro que este tipo de comportamiento tiene para el alumnado, ya que perjudica el período de la infancia de muchos niños y la convivencia de sus familias. También es un problema que sufren tanto el profesorado como los padres. Es por eso que es muy importante eliminarlo de los centros escolares y de la sociedad.

### **3. CARACTERÍSTICAS DE ESTE TIPO DE VIOLENCIA**

Para determinar e identificar cuándo estamos ante un caso de *bullying* podemos concretar algunas características que exponemos a continuación.

En primer lugar, tienen más probabilidad de ser objeto de *bullying* aquellos adolescentes o niños que presentan algunas diferencias muy evidentes, que los distinguen del resto: taras físicas, psíquicas, destacar intelectualmente, problemas de salud, etc.

Respecto a la edad que suelen tener los que forman parte de este tipo de violencia, Díaz-Aguado (2005), señala que la edad normal se encuentra entre los 6 años y los 12 años, justo en la Etapa de Educación Primaria. Pero también tienen lugar algunos casos de violencia de este tipo en la etapa de preescolar, con la diferencia de que no son tan sostenidos en el tiempo como en los cursos posteriores y en la etapa de Educación Secundaria.

Según Trianes, Muñoz y Jiménez (2007), encontramos diferentes tipos de *bullying* según el número de agresores que estén implicados en este fenómeno: *bullying*

individual o *bullying* grupal. En el primer caso, la violencia es individual cuando es ejercida por un solo agresor hacia la víctima. En el segundo caso, los agresores son varias personas atraídas por la diversión que sienten cuando acosan o agreden a la víctima. Mientras los alumnos agresores atacan a la víctima, manifiestan entre ellos el odio que tienen hacia ella, que se manifiesta mediante la intimidación, la violencia y la exclusión que impiden que la víctima pueda defenderse.

Díaz-Aguado y Martínez Arias, señalan que en estos dos tipos de *bullying*, el maltrato se asocia con las variables disrupción -coerción, es decir, en estas dos formas de *bullying* son frecuentes las conductas disruptivas, que coartan la libertad de la víctima y que, como consecuencia de esta represión, impiden su maduración personal.

El *bullying*, tal y como afirma Cerezo (2001), puede presentarse como maltrato físico y también como maltrato social, verbal o indirecto. Cabe resaltar la aparición reciente del *ciberbullying* como otra manifestación mediante el uso de las nuevas tecnologías, en niños y niñas de secundaria.

Como última característica del *bullying*, no hemos de olvidar que no solo afecta a los alumnos implicados en él, sino que también repercute en el entorno donde se produce: el aula, las familias, etc. Provocando un clima de tensión e incomodidad continua.

#### **4. LA AGRESIVIDAD COMO GENERACIÓN DE LAS CONDUCTAS VIOLENTAS**

La agresividad, como explica Serrano (2003), se puede considerar instintiva o consecuencia de la frustración que siente el individuo al no cumplir sus objetivos. Aparte de esto, podemos afirmar que la violencia forma parte del ser humano desde su nacimiento, pero que ésta se puede manifestar o no como respuesta ante situaciones concretas. Aunque también hay quien sostiene que es fruto del aprendizaje por medio de la imitación o repetición de las conductas de otras personas. En la actualidad se ha llegado a la conclusión de que la agresividad humana tiene relación con fundamentos biológicos, de personalidad, situacionales y de aprendizaje.

En el caso concreto de las conductas agresivas que se dan en el *bullying*, vemos que inicialmente se realizan de manera consciente, pero posteriormente el agresor puede llevarlas a cabo de forma involuntaria, llegando incluso a convertirse en un hábito.

Si bien aún no se ha especificado el tipo de agresión que se da en el *bullying*, Trianes, Muñoz y Jiménez (2007), sostienen que pueden estar presentes una o las dos siguientes agresiones: por un lado, la agresión reactiva que es provocada por la ira al no resultar las cosas como el agresor quiere y por otro lado, la agresión proactiva provocada por la ambición de éste, que quiere conseguir el poder o la estima social por cualquier medio.

De entre las dos puede considerarse más importante la agresión proactiva, ya que tiene como consecuencia un conjunto de comportamientos que denigran y degradan especialmente a la víctima.

Aparte de obtener poder, el agresor que acosa e intimida a la víctima pretende experimentar que forma parte de un grupo o conseguir el denominado sentimiento de asociación. El grupo del que formaría parte está compuesto por otros alumnos que también rechazan a la víctima.

En investigaciones realizadas sobre la agresión proactiva como la de Crick y Dodge (1996, cit. en Ortega, 2010), se detectó que este tipo de agresión está asociada con el deseo de conseguir objetivos de tipo instrumental, más que con la satisfacción de alcanzar objetivos vinculados a conseguir la satisfacción de otros compañeros.

En general, cuando se habla del *bullying* como agresión proactiva, según Beane (2008), es debido a que los agresores pretenden alcanzar una serie de metas y objetivos, como el poder, el éxito o la libertad para hacer lo que les apetezca y sobre todo quieren conseguir prestigio social entre su grupo de iguales, para lo que se sirven de la violencia. El deseo de obtener aquello que se proponen es tal que incluso, en algunas ocasiones, el agresor no golpea o acosa a la víctima porque la deteste o porque tenga rabia hacia ella sino porque cree que la violencia es el camino más fácil para lograr sus objetivos. Desafortunadamente el agresor consigue con frecuencia su propósito de tener poder y popularidad entre su grupo de iguales, aún cuando parte de sus compañeros no aprueben su conducta.

Aparte de esta clasificación de la agresión en proactiva y reactiva, algunos autores como Trianes, Muñoz y Jiménez (2007), señalan que los tipos de agresión se pueden dividir, también en agresión abierta o directa y agresión relacional. Por agresión abierta o directa entendemos aquella que incluye el maltrato físico, los insultos, e incluso llegar a arrebatar las propias pertenencias del individuo. En cuanto a la agresión relacional, hace referencia a aquellos comportamientos que pretenden conseguir la marginación de la víctima, como: difundir críticas sobre una persona entre el resto de



compañeros, utilizar confidencias para hacer daño a alguien o bien dejar en ridículo a un compañero delante de su grupo de iguales.

## **5. CARACTERÍSTICAS DEL AGRESOR Y DE LA VÍCTIMA**

Abordamos aquí la figura del agresor y la víctima y las características principales de ambos como sujetos destacados implicados en el fenómeno *bullying*.

En primer lugar, describiremos todo lo referente a la personalidad del agresor, después pasaremos a describir las características psicológicas de este. Acto seguido, hablaremos de su relación con el grupo de iguales y con la víctima. A continuación, señalaremos su forma de comportarse con la sociedad y sus características cognitivas y las consecuencias que todas estas características tendrán sobre el agresor.

También hablaremos de las características de la víctima. Procediendo primero a distinguir dos tipos de víctimas, describiendo a cada una de ellas. Una vez hecho esto, destacaremos la forma de relacionarse que tiene la víctima con sus compañeros. Después, señalaremos las consecuencias que sufre ésta debido a los malos tratos. Para finalizar, comentaremos el tipo de relación que se da entre el agresor y la víctima.

### **5.1. El agresor**

Cerezo y Méndez (2009), Beane (2008), y Cerezo (2001), definen diferentes características del agresor, que abordamos a continuación.

En lo que se refiere a la personalidad, es una persona impulsiva, de carácter fuerte, que para sentirse bien necesita tener el control y dominar a los que le rodean. Suele ser también una persona egocéntrica, sin empatía, caprichosa y que orienta sus comportamientos en función de las metas que quiere conseguir. Si no llega a conseguirlas, aumentan en él los comportamientos violentos debido a la frustración que siente al no soportar que no se cumplan sus objetivos.

También se manifiestan en él ciertas características psicológicas. Cabe resaltar su suspicacia, ya que le molesta cualquier cosa que hagan sus compañeros que no sea conforme a sus intereses. Piensa que cualquier actitud o comentario que se haga, dirigido a él, está hecho de manera malintencionada. Además es una persona insegura que para disimular su inseguridad se escuda en la violencia. Ésta la utiliza en cualquier lugar y momento de su vida diaria.

Respecto a la interacción del agresor con su grupo de iguales, éste tiene dificultades para relacionarse. Aunque parece tener popularidad entre el grupo, se

muestra intolerante con aquellos niños o adolescentes, según el caso, que se comporten o tengan ideas diferentes de las suyas.

Concretamente, en lo que se refiere a la relación con su víctima, según señala Cerezo (2001), el agresor escoge a aquellos niños que considera débiles, propensos a la exclusión y que no van a ser apoyados ni defendidos por sus compañeros. En este sentido, la forma de actuar con la víctima es la humillación y el maltrato en presencia de otros alumnos para conseguir, como hemos señalado anteriormente, poder y fama. El agresor se ve así reforzado por la aprobación y el silencio de los demás ante sus actuaciones y se anima a continuar con esta dinámica.

Como señalan Cerezo y Méndez (2009), en cuanto al comportamiento con la sociedad en general, el agresor se muestra reacio a obedecer cualquier normativa y apoya todo tipo de violencia y conducta que implique sumisión ante él por parte de los demás.

Como característica cognitiva, se puede resaltar su casi nula capacidad de autocrítica. Debido a ello, achaca sus fallos o errores a los demás o a las circunstancias, de manera que los fallos que comete no repercuten en su ánimo. Tanto es así que se ha demostrado que los agresores suelen tener una autoestima media o alta.

Los comportamientos y características del agresor señalados, pueden también derivar en un futuro en conductas de tipo delictivo, como consecuencia de la poca costumbre que han tenido a lo largo de su infancia de acatar las normas.

## **5.2. La víctima**

Como señala Díaz-Aguado (2005), las víctimas se pueden clasificar en dos tipos: víctima típica o pasiva y víctima activa.

Las víctimas típicas o pasivas, presentan las siguientes características: suelen ser personas sensibles, tímidas, inseguras y susceptibles de ser dañadas en cualquier momento. Además de ello, cabe destacar su miedo ante cualquier actuación violenta o vejación por parte del agresor, su baja autoestima, su poca capacidad de autodeterminación, su falta de asertividad y su bajo rendimiento académico. Rasgos todos ellos, que se asocian a la tendencia que tienen de sentirse culpables de todo lo que les sucede y de no admitir y compartir ante los demás que son personas maltratadas.

En cuanto a la relación con sus compañeros, las víctimas típicas tienen poca voluntad para relacionarse con ellos, debido entre otras cosas a la desconfianza que

tienen a causa del maltrato. Se sienten excluidas por el resto de alumnos, normalmente por comportarse de forma diferente o por presentar cualidades físicas distintas a estos.

Las víctimas activas suelen presentar las mismas características que las víctimas típicas o pasivas, pero a diferencia de éstas, son niños o adolescentes agresivos e impulsivos lo que trae como consecuencia que no piensen detenidamente lo que deben de hacer antes de reaccionar ante una situación determinada y que tengan grandes dificultades para prestar atención a lo que se les enseña.

Refiriéndonos a la relación con su grupo de iguales, las víctimas activas son especialmente excluidas entre el grupo incluso más que las víctimas pasivas y que los agresores. Esto se debe a los comportamientos agresivos que manifiestan con sus compañeros e incluso también con los maltratadores.

A pesar de existir diferencias entre los tipos de víctimas, las consecuencias de los malos tratos y del miedo infundido por el agresor prácticamente son las mismas, tanto para la víctima pasiva como para la víctima activa. Entre estas consecuencias, según Aguado (2005), se encuentra la probabilidad de sufrir daños psicológicos, como son la depresión o ansiedad, llegando en ocasiones a provocar el suicidio de la víctima.

Una vez descritas las características del agresor y de la víctima podemos entrar en la relación que se da entre ellos. De la Fuente, Peralta y Sánchez (2006), afirman que se trata de una relación diádica caracterizada por la desigualdad de poder entre un sujeto y otro y por la sumisión de la víctima hacia el agresor. Situación difícil de cambiar, ya que las emociones que entran en juego en esta interacción son más fáciles de dominar por el agresor que por el agredido.

## **6. FACTORES QUE INFLUYEN EN LOS COMPORTAMIENTOS AGRESIVOS DEL *BULLYING***

A continuación, trataremos alguno de los factores que influyen en los comportamientos agresivos. Según Cerezo (2001), existen varios tipos: factores sociales, factores cognitivos, factores antieducativos y factores ambientales.

Entre los factores sociales se encuentran aquellos que tienen que ver con la relación con el grupo de iguales que, de alguna manera, hacen que el agresor adopte conductas agresivas. Uno de estos factores puede ser, por ejemplo, el deseo de alcanzar la popularidad y el poder y así mostrarse como una persona fuerte entre el resto de alumnos.

La reacción de agresividad que tiene un alumno (víctima) ante el ataque de un compañero (agresor) o grupo de compañeros (agresores), también se puede considerar otro factor social, puesto que el comportamiento agresivo de la víctima es consecuencia de una serie de conductas perjudiciales que tienen sus compañeros hacia ella. En este caso, podemos decir que la víctima se ha convertido también en agresor como consecuencia de la influencia de su grupo de iguales, es decir, debido a un factor social.

En segundo lugar, nos referimos a los factores cognitivos. Son aquellos que forman parte de distorsiones cognitivas, como por ejemplo, el tener pensamientos egocéntricos. Estos pueden provocar también comportamientos agresivos y violentos en el agresor.

Sobre los pensamientos egocéntricos, según *Gibbs* (1993; 2003, cit. en Ortega, 2010), inciden una serie de condicionantes que también se consideran distorsiones cognitivas, los cuales se emplean para disculpar los comportamientos que hacen daño a otras personas. Entre estos condicionantes están: pensar mal de los demás, considerar a otros responsables de un mal causado por nosotros mismos y no analizar correctamente el error cometido por uno mismo. Estas distorsiones cognitivas son utilizadas por el agresor para justificar sus conductas violentas y así reducir la sensación de malestar que éste pudiera sentir por haber dañado a otras personas.

Entre los factores cognitivos se encuentran también los recuerdos de las situaciones vividas. Lo que influye en los alumnos que sufrieron *bullying* o bien en que los que lo ejercieron se acuerden de ello. Es por esto que ambas partes implicadas en este tipo de violencia, agresor y víctima, marcadas por los recuerdos tengan en el futuro una forma de actuar distinta a las personas que no la sufrieron.

Hay también otros factores que se podrían denominar “antieducativos”. *Cerezo* (2010), indica que influyen en los comportamientos agresivos por existir en los núcleos en donde se dan unos malos hábitos que afectan en la forma de educar al alumno. Para hablar de ellos, primero nos referiremos a los factores antieducativos que fomentan la violencia desde la familia y posteriormente explicaremos los que se dan desde los centros educativos.

En cuanto se refiere a las familias, el descuido o la falta de esfuerzo por parte de los padres a la hora de educar a sus hijos puede provocar que estos últimos tengan comportamientos agresivos. La violencia también estará presente en aquellos niños a los que sus padres les toleran cualquier tipo de conducta antisocial. Así mismo, mostrarán conductas agresivas aquellos alumnos cuyos padres abusan del estilo autoritario o

emplean el castigo físico o verbal, mostrándose agresivos con los hijos, y tolerando también cualquier tipo de conducta violenta.

Por otra parte, los centros escolares de Primaria pueden contribuir a la aparición del *bullying*. Tras investigaciones hechas en diferentes centros escolares de Primaria, como la del profesor E. Roland (1999), se ha llegado a la conclusión de que la gestión del centro, la cooperación y el consenso entre el personal del mismo es una cuestión, que influye en el nivel de *bullying* en los colegios. Es decir, los centros en los que existe una mala gestión, poca cooperación y poco consenso entre el personal, son propensos a tener un nivel alto de *bullying*.

De igual manera, el número de casos de *bullying* en un centro escolar determinado tiene relación con el cumplimiento de una norma social en este centro. Norma que consiste en el reconocimiento social del alumno por parte de sus compañeros y del profesorado, solamente cuando tenga un trato positivo hacia ellos. Con el cumplimiento de esta norma los profesores pueden tener un control del comportamiento del alumnado y asegurarse de que existe un adecuado desarrollo de la convivencia en el centro. No acatar esta norma, puede llevar a que sea alto el nivel del *bullying* en el centro.

Otro factor antieducativo que puede reafirmar los casos de *bullying* dentro de una clase, es la falta de autoridad del docente y el hecho de no habituar a los niños o adolescentes a tener unos buenos comportamientos con sus compañeros.

En último lugar, destacamos los factores ambientales. En este caso estaríamos hablando de medios e instrumentos de comunicación como la literatura, televisión y el cine, cuyo tratamiento del tema que nos ocupa, a veces ha contribuido a extender una percepción errónea del *bullying*. Mostrando a menudo casos en los que algún niño ha sido objeto de burlas, insultos o violencia y tratando estas situaciones con superficialidad, sin reparar en el daño personal y social que pueden hacer, especialmente a las víctimas que sufren este tipo de violencia.

## **7. PROGRAMAS DE INTERVENCIÓN PARA PREVENIR Y SOLUCIONAR EL BULLYING**

Abordaremos ahora los programas de intervención del *bullying* explicando en qué consisten y además haremos un resumen de uno de los programas de intervención que más nos han llamado la atención. Lo encontramos en “*Agresividad injustificada, bullying y violencia escolar*” (Ortega, 2010).

Estos programas de intervención se empezaron a llevar a cabo en las aulas a partir de que se tuvo constancia de que el *bullying* es un fenómeno que ha de ser eliminado de las escuelas y se vio necesario trabajar para ello.

Como investigadores importantes interesados en estudiar este problema, podemos destacar a los expertos E. Roland y D. Olweus, que han elaborado programas de intervención y aplicación para combatir el problema que nos ocupa.

Un buen programa de intervención contra el *bullying* debe constar, al menos, de una intervención colectiva y una intervención individual con el agresor y la víctima. En ambas está presente la actuación directa del profesor con su alumnado.

La intervención colectiva se realiza sobre todos los alumnos que componen el aula y con ella se pretenden alcanzar, según indica Barri (2006), los siguientes objetivos:

- a) Conseguir que en el aula se cumplan un conjunto de normas, que contribuyan a facilitar la convivencia armónica de los alumnos.
- b) Concienciar a los alumnos de que tienen el deber de evitar la aparición del *bullying* en el aula.
- c) Enseñar estrategias de apoyo a la víctima para que sus compañeros sepan cómo actuar para ayudarla cuando haya casos de maltrato en el aula.
- d) Contribuir a que el conjunto de la clase refuerce los comportamientos de aquellos que ayudan y se solidarizan con la víctima, favoreciendo así que disminuya el número de seguidores del agresor.

La intervención individual se lleva a cabo cuando existe un caso de *bullying* en el aula. En este caso el problema no se soluciona delante de toda la clase, sino que se hace mediante tutorías del profesor con los alumnos implicados en la situación de maltrato. Las tutorías se realizan por separado, primero con el agresor o agresores y luego con la víctima. Una vez que tienen lugar las tutorías, el profesor puede elegir a aquellos niños de la clase que mejores habilidades de relación tengan y que más estimados sean por sus compañeros, para que busquen la manera de ayudar a la víctima.

Aparte de estos encuentros con los sujetos implicados en el *bullying*, el profesor se encarga de vigilar que el agresor no vuelva a molestar a la víctima.

Este modo de intervención tiene las siguientes finalidades:

- a) Informar seriamente al agresor o agresores de que los comportamientos violentos no son de ninguna manera aceptados en el centro escolar.
- b) Ordenar al maltratador o a los maltratadores que dejen de acosar, intimidar y actuar de manera violenta con la víctima.
- c) Hacer saber a la víctima que cuenta con todo el apoyo por parte de su profesor y que este va hacer lo imprescindible porque la situación de acoso se detenga.

Díaz-Aguado (2005), afirma que para que los programas de intervención sean eficaces, aparte de constar de las dos partes anteriormente señaladas (intervención colectiva e intervención individual), deben de cumplir una serie de funciones:

1. Convertir la escuela en un espacio tranquilo y propicio para que los alumnos adquieran los conocimientos necesarios para su vida diaria.
2. Motivar a los docentes para que empleen nuevas actividades con el objetivo de evitar comportamientos violentos en los alumnos.
3. Cambiar el comportamiento de aquellos alumnos que tienen como forma de relación con sus compañeros la violencia.

Una vez que hemos hablado de forma general de los programas de intervención, podemos entrar en ver las actividades que los forman. Estas actividades, pretenden los siguientes objetivos: desarrollar en los niños la empatía, de manera que sientan dolor ante cualquier tipo de violencia aunque no repercuta en ellos, provocar modificaciones cognitivas, emocionales y conductuales en el agresor, dar a conocer al niño los derechos humanos y conseguir que sus comportamientos estén relacionados con el respeto a los derechos de los demás, enseñar a los alumnos a solucionar los conflictos mediante el diálogo, eliminar en los alumnos cualquier prejuicio hacia aquellos niños o adolescentes que son diferentes, dar pautas para que aprendan a comunicarse de manera asertiva, y propiciar la unión de los niños o adolescentes que componen el aula para lo que son muy útiles los trabajos en grupo.

Después de aplicar los programas de intervención, es necesario realizar una evaluación con la que se pueda tener constancia de la evolución que generan estos programas en los alumnos.

## 7.1. Ejemplo de programa de intervención

A continuación pasaremos a explicar uno de los programas de intervención pioneros en Noruega, denominado Programa Zero. Fue creado por el Centre of Behavioural Research (Centro para Investigación de la Conducta). El origen del nombre del programa es el principio de tolerancia cero, que indica que ningún comportamiento que tenga relación con el *bullying* debe de ser aceptado. El programa tiene como base una investigación y un trabajo práctico que se hicieron contra el *bullying* durante varios años.

En cuanto a sus objetivos pretende informar a padres, profesores y alumnos sobre el problema del *bullying* para intervenir en él, prevenirlo y aumentar la capacidad de autoridad del profesorado y del resto del personal del centro para dirigir al alumnado en cualquier actividad. Esto se consigue a través de los siguientes elementos: prevención, prevención centrada en el *bullying*, intervención directa en la estructura social del *bullying* y la responsabilidad de alumnos y padres.

La prevención se fundamenta en la autoridad del adulto. Consiste en lo siguiente: los docentes del centro educativo que participan en este programa deben de modificar las recompensas sociales que obtiene el agresor (poder y asociación) por otras más adecuadas y además deben de fomentar una cultura escolar inclusiva. También es importante que sepan gratificar la buena conducta de los alumnos y reprobar la violencia y los malos comportamientos. Todo esto es necesario, ya que el docente es la persona que influye directamente en el alumnado y además, el incremento de su autoridad condiciona que haya un nivel bajo de *bullying* en el centro.

La norma fundamental de este programa, que forma parte de la intervención es “*En esta escuela no se permite el bullying o ante el bullying tolerancia cero*”. Lo que implica que el profesorado no debe de tolerar ningún tipo de conducta disruptiva, comportamientos violentos o malos modos entre los alumnos.

Otro de los elementos del programa, es la prevención centrada en el *bullying*. Consiste en intentar eliminar la violencia escolar con la intervención directa del profesorado, tratando el tema del *bullying* con el alumnado todas las semanas, durante diez o quince minutos.

El tercer elemento del programa Zero es la intervención directa en la estructura social del *bullying*. Esta intervención sigue el siguiente proceso: en el momento que ocurre un caso de *bullying* en el aula, el tutor habla de manera confidencial con la víctima de la agresión y le muestra su apoyo, posteriormente el tutor habla con los



padres para informarles de la situación en el caso de que estos no sepan nada de ella. Tras haber hecho varias tutorías con la víctima, el profesor habla con cada uno de los alumnos agresores de manera separada y les informa de que lo que han hecho con su compañero es de especial gravedad. Les prohíbe que vuelvan a tener la misma conducta. Más tarde, se vuelve a reunir a todos los agresores y se les vuelve a informar de la gravedad de su conducta, insistiendo en que ésta no debe continuar.

Los agresores prometen al tutor que modificarán su comportamiento. El tutor les indica también que sus padres tendrán noticias de la agresión en ese mismo día. En los días posteriores a la reunión, el profesor tiene un severo control sobre los alumnos agresores y sobre la víctima. Las reuniones del tutor con los alumnos se siguen realizando, primero de manera individual y posteriormente, cuando la violencia ha cesado, la reunión se celebra con los agresores y a la víctima. El contacto del tutor con los padres de todos los alumnos involucrados en el problema no cesa durante todo el proceso.

Un último elemento de este programa, es la responsabilidad de alumnos y padres con respecto al *bullying*. Con él se pretende que los discentes y los padres tomen conciencia de la gravedad del *bullying* y que se responsabilicen ante el problema. Para inculcar esta responsabilidad en el alumno se hacen actividades como, por ejemplo, poner en manos del consejo de alumnos del centro un material informativo para orientarles en la contribución de una mejora de la convivencia en la escuela y en la manera de actuar para disminuir los casos de *bullying*.

En cuanto a los padres, para que sean responsables en lo que a la prevención del *bullying* se refiere, se les informa sobre este programa en las reuniones de padres. Con este objetivo se establecen dos veces al año en los Centros de Primaria de Noruega una especie de tutorías con ellos en las que se trata el problema del *bullying*. Cabe destacar que el contacto del tutor con los padres de todos los alumnos involucrados en la conducta *bullying* es continuo.

Refiriéndonos al modelo de aplicación del programa Zero, es de especial importancia señalar que se hace a través de un conjunto de actividades que son preparadas por una comisión formada por el director, los miembros del personal del centro y los representantes de los padres y de los alumnos.

Por último, en lo que se refiere a la evaluación de este programa de intervención, podemos afirmar que es un buen programa para prevenir el *bullying* si su aplicación es constante. Además, se ha comprobado su eficacia.

## **8. ACTIVIDADES PARA PREVENIR EL *BULLYING* EN EL AULA**

En este apartado, propondremos una serie de actividades y estrategias para evitar la aparición del *bullying* en las aulas. Primero explicaremos actividades que se llevarán a cabo durante el curso y posteriormente describiremos actividades específicas que se realizarán en clase. Estas van destinadas, en concreto, al tercer curso de Educación Primaria y con ellas se pretenden alcanzar los siguientes objetivos:

1. Evitar la aparición del *bullying* en el aula.
2. Propiciar la cohesión y la unión del grupo. De esta manera, al tener los discentes una relación tan estrecha entre ellos será difícil la presencia de comportamientos relacionados con la conducta *bullying* en el aula.
3. Favorecer la afectividad entre los alumnos.
4. Hacer saber a los niños que con la violencia no podrán conseguir ninguna meta que se propongan y que por tanto, no deben de tolerar ningún tipo de comportamiento violento.

### **8.1. Actividades para realizar durante el curso**

#### **1) El detector de las buenas conductas**

Con el fin de eliminar la tendencia que tienen los alumnos a fijarse demasiado en los fallos de los demás, esta actividad consiste en lo siguiente: todas las semanas durante el curso, cada alumno deberá prestar atención a las buenas acciones y comportamientos del compañero que está sentado a su lado. Estas las deberá ir apuntando en una hoja. Al final de la semana cada uno de los integrantes del aula, leerá delante de toda la clase la información que ha escrito con las buenas conductas de sus compañeros.

#### **2) ¿Con quién juegas hoy?**

Esta actividad se hará una vez al mes. Los alumnos realizarán una tabla en cartulina en la que plasmarán los grupos que, previamente organizados por el profesor, se han realizado para jugar en el recreo a fin de que al final de curso todos los alumnos hayan jugado juntos sin que ninguno quede excluido. La tabla se colocará en la pared de la clase, de forma que todos la vean y sepan con quién tienen que jugar cada día.

Los grupos preferentemente estarán formados por cuatro alumnos. En el caso de que el número de componentes del aula sea impar, los grupos se harán de cuatro niños, excepto un grupo que estará formado por cinco niños.

### **3) Juntos construimos la paz**

El profesor observará atentamente el comportamiento de los discentes. Cada vez que uno de ellos manifieste una buena actitud con sus compañeros, el profesor describirá en qué ha consistido este comportamiento en una cartulina. Por ejemplo: Un niño ayuda a otro que tiene dificultades a realizar los ejercicios propuestos en clase, en lugar de reírse de él porque no comprende el ejercicio. El profesor en un trozo de cartulina escribiría lo siguiente: “(Nombre del alumno) ha ayudado a su compañero a realizar las actividades, mostrando bastante disponibilidad en ello”.

Los alumnos, con ayuda del profesor, pegarán sobre la pared del aula los fragmentos de cartulina en los que éste ha escrito a lo largo del curso, formando una paloma de la paz.

## **8.2. Actividades específicas para trabajar en “La semana contra el bullying”**

### **1) ¿Qué es el bullying?**

El profesor introducirá mediante una charla a los alumnos en el problema del *bullying* y todas las formas de violencia que aparecen cuando este se da. Todo ello, con el propósito de conseguir que los alumnos tomen conciencia de la gravedad del problema. Después dedicará un tiempo para que los alumnos pregunten todo aquello que no hayan entendido y se abrirá un diálogo sobre todo lo anterior.

### **2) Dentro documental**

La actividad consistirá en proyectar un documental para niños, en el que se expone claramente en qué consiste el *bullying*. Una vez que los alumnos lo han visto, el profesor les hará preguntas acerca de este, por ejemplo: “¿Qué personajes aparecen?”, “¿Qué comportamiento tiene cada uno de ellos?”, “¿Quién es la víctima en esta historia?”

El documental es el siguiente:

<https://www.youtube.com/watch?v=13Iv7eE7SyY>

### **3) Cambia la escena si no es buena**

Una vez que los alumnos conocen en qué consiste el fenómeno *bullying*, pueden realizar la siguiente actividad. En ella, el profesor repartirá a cada alumno una fotocopia en la que se mostrará una escena relacionada con los diferentes tipos de conductas que se pueden tener con los demás compañeros. Por ejemplo, a un alumno se le repartirá una fotocopia en la que se muestra la imagen de un alumno pegando a otro. A otro alumno se le entregará una fotocopia en la que se vea la imagen de un grupo de alumnos tirando del pelo a otro. A otro alumno se le dará una fotocopia con el dibujo de dos niños abrazándose y así sucesivamente hasta que todos los niños de la clase tengan su respectiva fotocopia.

Los niños a los que se les reparta una fotocopia en la que el dibujo muestre un comportamiento positivo entre dos discentes, se limitarán a colorear el dibujo y a pegarlo en las paredes del pasillo del centro escolar. En cambio, los alumnos a los que se les haya entregado una imagen que plasme una conducta negativa entre dos alumnos, darán la vuelta a la hoja donde se muestra la imagen y harán un dibujo inventado por ellos mismos de un comportamiento positivo entre dos o más niños.

### **4) ¡Qué importante es la comunicación asertiva!**

Un psicólogo dará una charla a los alumnos sobre la comunicación asertiva. Les hablará de lo importante que es ésta para comunicarse con los compañeros. También, les enseñará a solucionar conflictos de manera pacífica, a poder ser capaces de decir de manera adecuada que algo no les gusta, a expresar de forma correcta una opinión contraria a la de la otra persona con la que estamos hablando y a saber decir no a una proposición de manera adecuada.

### **5) Nos comunicamos asertivamente**

Para interiorizar las instrucciones de la charla de la actividad anterior los niños, por parejas, realizarán un simulacro de diferentes situaciones en las que deban de utilizar la comunicación asertiva. Por ejemplo, situaciones en la que tengan que decir a un compañero algo que les haya molestado de él o situaciones en las que tengan que responder de forma negativa ante una propuesta realizada por otro, etc.

#### **6) Buscando las palabras adecuadas**

Para esta actividad los alumnos deberán de salir al patio. Se realizará por parejas. Uno de los alumnos, con los ojos tapados tendrá que seguir un circuito guiado por su compañero. En él, habrá carteles que contendrán una serie de palabras relacionadas con la conducta *bullying* y carteles que llevarán escrito palabras asociadas al buen comportamiento entre los alumnos. El discente guiado por su pareja, tendrá que coger tres de los carteles que contienen palabras que se vinculan con el *bullying*. Una vez que los haya cogido, será ayudado por su compañero para llegar hasta una papelera, introducida en el circuito y tirarlos, como gesto de que los malos comportamientos entre las personas deben de desaparecer.

#### **7) Dame un abrazo**

El profesor dará una serie de órdenes a los niños relacionadas con gestos de cariño hacia sus compañeros. Estos deberán de cumplirlas. Por ejemplo, el profesor dirá: “Vamos a dar un abrazo a todo aquel que lleve una prenda de vestir roja”. Otro ejemplo, puede ser: “Daremos un beso a nuestro compañero de la derecha.”

#### **8) Manos a la obra**

Los discentes realizarán un teatro cuyo texto será el indicado en el anexo. El texto no está escrito en forma de obra de teatro pero el profesor lo puede adaptar, como él crea conveniente, incluso añadiendo personajes. La temática de la obra será el problema que supone y el daño que hace a los niños y adolescentes la conducta *bullying*.

Los alumnos tendrán tres días para ensayar y preparar el teatro. Luego, lo representarán delante de todo el colegio. Cabe señalar que, para el vestuario y el decorado del teatro se les pedirá ayuda a los padres.

Todas estas actividades específicas que hemos señalado, se empezarán a realizar el día 27 de enero y finalizarán el día 31 de este mes. Se harán a lo largo de esta semana, con motivo del *Día Escolar de la No Violencia y la Paz*, el cual se celebra el día 30. Dejamos a elección del profesor las horas de clase en las que se realizarán.

## 9. CONCLUSIÓN

Como conclusión a este trabajo es fundamental señalar que si no se atajan convenientemente los problemas de violencia escolar o *bullying*, la escuela no terminará de cumplir sus objetivos educativos y se dificultará con ello, que el alumno adquiera los conocimientos y actitudes pertinentes. De esta manera quedará impresa en el alumno una imagen negativa que le hará rechazar todo lo que a la escuela se refiera. De ahí la importancia de abordar el problema lo antes posible. Para ello es primordial que los docentes de los centros escolares conozcan bien este tipo de violencia y así no vean normal cualquier tipo de conducta que derive en el fenómeno *bullying*. También es importante que en los centros escolares, aparte de que se trabajen las competencias académicas o se impartan los conocimientos establecidos para la Educación Primaria, se enseñe a los alumnos a tener siempre un comportamiento adecuado y respetuoso con las demás personas, independientemente de su raza, sexo o cualquier otra s características personal que lo haga diferente.. De esta manera, se favorecerá la buena convivencia y evitará un problema tan grave como es el que estamos tratando.

Esperamos que esta revisión bibliográfica contribuya a todo el que lo lea a tener más conocimiento sobre este fenómeno y que anime a padres, profesores y alumnos a hacer frente a este problema y a buscar una posible solución entre todos.

## 10. BIBLIOGRAFÍA

- Barri, F. (2006). SOS Bullying: prevenir el acoso escolar y mejorar la convivencia. Las Rozas (Madrid): Praxis, 2006.
- Besag, V. (1989). *Bullies and Victims in Schools*. Milton Keynes: Philadelphia Open University Press.
- Beane, L. (2008). *Bullying: aulas libres de acoso*. Barcelona: Graó.
- Cerezo, F. (1991). *Conductas agresivas en la edad escolar*. Madrid: Pirámide.
- Cerezo, F. (2001). *La violencia en las aulas: Análisis y propuestas de intervención*. Madrid: Pirámide.
- Cerezo, F. y Méndez, I. (2009). Adolescentes, Agresividad y Conductas de Riesgo de Salud: Análisis de Variables Relacionadas. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 21, 217-226

- Crick, N. R., y Dodge, K. A. (1994). A Review And Reformulation of Social Informations-Processing Mechanims in Children´s Social Adjustment. *Psychological Bulletin*, 115, 4-101.
- De la Fuente, J., Peralta, F. J. y Sánchez, M. D. (2006). Valores sociopersonales y los problemas de convivencia en la educación secundaria. *Revista de investigación Psicoeducativa*, 4, 115-135.
- Díaz -Aguado, M .J. (2005). La violencia entre iguales en la adolescencia y su prevención desde la escuela. *Psicothema*, 17, 549-558.
- Díaz -Aguado, M. J. & Martínez, R. (2013). Peer *bullying* and disruption-coercion escalations in student-teacher relationship. *Psicothema*, 25, 206-213.
- Lownstein, L. F. (1977). Who is the bully?. *Home and School*, 11, 3-4.
- Olweus, D. (1973). *Bulling at school. What we know and what we can do*. Oxford, UK.: Blackwell. Traducción: Conductas de acoso y amenazas entre escolares. Madrid: Morata.
- Ortega, R. (2010). *Agresividad injustificada, bullying y violencia escolar*. Madrid: Alianza Editorial.
- Ortega, R.y Mora-Merchán, J.A. (2000). *Violencia escolar: Mito o realidad*. Sevilla: Mergablum.
- Serrano, I. (2003). *Agresividad infantil*. Madrid: Pirámide
- Smith, P. K. (1989). *The Silent Nightmare: Bullying and Victimization in School Peer Groups*. Comunicación presentada en el *Congreso anual de la British Psychological Society*. London.
- Trianes, M. V., Muñoz, A. M. y Jiménez, M. (2007). *La violencia en contextos escolares*. Málaga: Aljibe.
- Recursos en Internet: *Enlace del video (Actividad nº2):*  
[www.youtube.com/watch?v=13Iv7eE7SyY](http://www.youtube.com/watch?v=13Iv7eE7SyY) *Día de la consulta: 2-6-20014 Hora:17:00 h*

## **ANEXO**

### ***UNA AYUDA INESPERADA***

Carlos era un niño introvertido, tímido, le costaba trabajo expresar sus sentimientos. Era muy inteligente, le gustaba mucho leer, ver películas y aprender. Sin embargo, había algo que no le gustaba. Ir a la escuela. Se había convertido para él en una pesadilla.

Debido a su pequeña estatura, un grupo de niños de su clase, se burlaban de él constantemente, le pegaban, le tiraban del pelo, lo insultaban y animaban a los demás compañeros a no hacerle caso. Les decían que no merecía la pena ser su amigo, porque era feo, bajito y no hablaba.

Carlos no sabía qué hacer. Estaba cansado de que todos los días ocurriera lo mismo y de que no lo dejaran tranquilo. Tampoco podía pedir ayuda, porque, Diego que así se llamaba uno de los que le molestaba, le había dicho que si decía algo a los profesores, le iba a pegar más aún e iba a decir a todos los chicos del colegio que no se juntarán con él.

Un día, en el recreo, cuando Carlos estaba disfrutando de su bocadillo, Diego y sus amigos se acercaron hacia él. Le quitaron el bocadillo y comenzaron a reírse de él, delante de todo el patio.

“Ya basta”, dijo alguien de pronto. Era Lucía, una de las niñas más populares de la clase. Nunca se había atrevido a defender a Carlos, pero decidió que había llegado la hora de ayudarlo. No podía ser posible que un niño tan bueno no tuviese amigos sólo por ser bajito.

Lucía se puso al lado de Carlos y cogiéndolo del brazo y dijo a Diego:” Dejadle en paz, no os ha hecho nada, ¿Por qué os tenéis que meter con él?”

Diego no pudo soportar que alguien le llevase la contraria. Por lo que empezó también a reírse de Lucía. En ese momento sonó la sirena para ir a clase, mientras subían por las escaleras, Carlos se acercó con timidez a Lucía y le dijo:”Muchas gracias”.

“De nada. Yo te seguiré apoyando si se meten contigo, pero esto no puede quedar así. Tienes que contárselo al profesor. Sí se lo cuentas, no pasará nada, mis amigos y yo estaremos contigo”.



A la salida del colegio Diego y sus amigos volvieron a molestar a Carlos, aún con más intensidad que otras veces. Éste aguantó callado todo el camino, pero al llegar a casa no se lo pensó dos veces. Contó todo lo que estaba pasando a sus padres.

Su madre muy preocupada, lo abrazó y le dijo:”No te preocupes, que esos niños no te volverán a molestar más”.

Al día siguiente los padres de Carlos acudieron al colegio para hablar con el profesor. Le informaron de todo lo sucedido. Este se disculpó por no haberse dado cuenta de nada y les prometió a Carlos y a sus padres que todo iba a cambiar. Y así fue a partir de ese momento.

El profesor habló muy seriamente con Diego y sus seguidores y les dijo que o dejaban en paz a Carlos o serían expulsados del centro. “A partir de ahora tendréis que hacer todo lo contrario. Os vais a dedicar a hacerle la vida agradable a Carlos y al resto de alumnos”, les dijo el profesor.

Muy a su pesar, Diego y sus amigos, tuvieron que obedecer al profesor. Pidieron perdón a Carlos por todo el daño que le habían hecho y desde ese momento cambiaron de actitud con él.

A partir de entonces Carlos empezó a tener más amigos. Ya no solo tenía a Lucía, sino que además comenzó a entablar amistad con otros alumnos de la clase.