

PROCURADURÍA DE PROTECCIÓN DE NIÑAS, NIÑOS Y ADOLESCENTES
DIRECCIÓN DE PREVENCIÓN
JEFATURA DE PREVENCIÓN, CAPACITACIÓN E INVESTIGACIÓN

GUÍA TÉCNICA PARA LA PREVENCIÓN DE LA
VIOLENCIA Y EL ACOSO ESCOLAR



Intervención especial debido a la pandemia de Covid-19 en Centros DIF, centros comunitarios, localidades o escuelas de educación básica, de Octubre a Marzo 2020 - 2021.



FORMANDO POR LA PREVENCIÓN.

ACOSO ESCOLAR.

NIVEL: Niñas y niños de 3ero a 4º año de Primaria.



Directorio

Enrique Alfaro Ramírez

Gobernador Constitucional del Estado de Jalisco

José Miguel Santos Zepeda

Secretario del Sistema de Asistencia Social

Juan Carlos Martín Mancilla

Director General del Sistema DIF Jalisco

Eurídice Paredes Jaramillo

Procuradora de Protección de Niñas, Niños y Adolescentes del Estado de Jalisco

Norma de Jesús Villafaña Preciado

Directora de Prevención

Procuraduría de Protección de Niñas, Niños y Adolescentes del Estado de Jalisco

Haideé Enedina Camberos Sandoval

Jefa del Departamento de Prevención, Capacitación e Investigación

Procuraduría de Protección de Niñas, Niños y Adolescentes del Estado de Jalisco

SESIÓN 1. QUÉ ES Y CÓMO ES LA VIOLENCIA.

Se introduce el tema de qué es la violencia escolar, en forma sencilla y breve por parte del/a tallerista; sea en forma grabada, en presentación power point o comentada.

Guía para el conversatorio:

Todos los niños y las niñas podemos vivir violencia y actuar con violencia alguna vez en nuestra vida, aun siendo muy pequeños/as. Las personas adultas pueden ser violentas por muchas razones o causas: porque piensan que es una manera correcta de educar, de tratarse o de ser; porque consideran que es el modo de imponer cómo debe de ser o comportarse la persona que se le violenta; porque creen que es la manera de resolver problemas; porque están enojadas, con miedo o desesperación y no aprendieron como manejar esas emociones sin violencia.

Pero, ¿qué pasa cuando una persona decide actuar con violencia? ¿Cómo sabemos que se actuó con violencia o no?

Es muy sencillo descubrirla...

Tiene una intención: que es el imponer, controlar, obligar a la persona que se violenta, que como dijimos antes puede creerse que es la forma de educar o de lograr que la otra persona haga lo que queremos, aunque no esté de acuerdo o quiera. Es cuando se obliga a la fuerza a hacer algo sin que importe cómo nos sentimos, ni qué queremos o no (no se nos toma en cuenta). No es una forma de defenderse, porque hay otras formas de defensa en las que no se necesita ser violento (como, por ejemplo, buscar apoyo, dialogar, retirarse, sin hacer daño a nadie).

Es una forma ventajosa de usar de una fuerza o ventaja contra otro: Por ejemplo, los adultos tienen ventajas físicas, de autoridad y de saber sobre las niñas y niños; las personas sanas sobre las que están enfermas, las que ven y oyen bien, y no tienen ningún impedimento para caminar, pensar, hablar, sobre aquellas que no ven, no oyen bien, o les falta una parte del cuerpo (un brazo, un pie...). A esta fuerza o ventaja se le llama **poder**. Todos tenemos un poder, pero quienes violentan no usan su poder para el bien de los demás, sino para dañar y lastimar.

Entonces, la violencia siempre lastima y daña a otro, sea físicamente (a través de golpes, quemaduras, patadas, el no permitir el movimiento, no dar de comer, causar

heridas y dolor). También podemos lastimar con palabras (con insultos y groserías, haciendo sentir mal con ellas, diciéndole tonto, pareces burro, nadie te quiere...) o no verbalmente, con actitudes, como, por ejemplo: quitándole algo que es suyo y le gusta, no hablarle para que se sienta mal, ignorándolo, haciéndole sentir que vale menos o burlándonos de sus defectos o problemas. A esta forma de violencia, verbal y sin palabras (no verbal) le llamamos **violencia psicológica**.

La violencia siempre nos hace sentir mal (tristes, enojados, sin fuerza, inseguros, con miedo) y nos hace sufrir. No es la manera adecuada de vivir ni relacionarnos.

Muchos adultos, niñas y niños, aprenden la violencia en sus casas, de la televisión, en la calle, o con sus amigos y amigas.

Tenemos entonces que desaprenderla (dejar de usarla) para vivir mejor y relacionarnos sin ella, para sentirnos contentos, tranquilos y crecer sin ella. Y es también en la escuela donde podemos vivir violencia y ser violentos con nuestros compañeros o con nuestras maestras y maestros. Vamos a aprender hoy cómo es y cómo nos afecta la violencia.

OBJETIVOS:

1. Identificar la violencia en la vida de las niñas y niños.
2. Reconocer qué se siente cuándo se vive violencia y cómo se siente cuando no se le vive.

ACTIVIDAD 1. *¿Cómo se siente cuando alguien nos trata mal y nos violenta?*

Sugerencia: aplicarlo en la modalidad individual.

Para niñas y niños más grandecitos (aparte del dibujo, poner un texto con la respuesta a la pregunta: *¿Cómo me siento cuando alguien me trata mal?*)

Desarrollo de la actividad:

1. Dividir al grupo en equipos pequeños de niñas y niños (o aplicar de manera individual, según sea más conveniente).
2. Se le presentan a las niñas y niños por cada equipo, hojas con una silueta de niña o niño.
3. Se les dice que van a **pintar o colorear cómo se sienten y en donde (en qué parte del cuerpo) sienten cuando una persona les violenta**. Se les van a entregar colores y/o plumones, y cada que veamos un ejemplo de violencia, el equipo, o niña o niño pintarán con color o colores como se sienten y escogerán las partes del cuerpo de la silueta donde se siente... Los colores para las emociones o sentimientos desagradables y feos, serán: el rojo, el negro, el gris, el morado, y las combinaciones entre estos. Vamos a ver un ejemplo:
4. Se les pregunta a niñas y niños: **¿Cómo se siente cuando alguien nos golpea?** Primero díganme con palabras... (Se ayuda a las niñas y niños a darle nombre a las emociones y a descubrir todas la que conocen o hayan escuchado. El/la tallerista anota los nombres en una cartulina o presentación, con el objetivo de recordarlos y enfatizar lo dicho por las niñas y niños).
5. ¡Muy bien! Ahora que han dicho con palabras cómo se sienten cuando alguien nos golpea, **escojan una silueta y entre todos platiquen o piensen en dónde se sienten los golpes, o donde nos daña más, y pinten o coloreen con colores fuertes esas partes**, pueden hacer rayas, círculos, manchas, como ustedes quieran.
6. Ahora escojan otra silueta y vamos a ver **cómo se siente cuando nos dicen una grosería, como por ejemplo “eres una tonta/o”**.
Luego se ven las siguientes (Por el tiempo, se escogen una, dos o tres más, si la sesión no dura más de una hora):
 - **Cómo se siente cuando no nos dejan hablar** (en donde, en qué parte del cuerpo sentimos eso),
 - **Cómo se siente cuando nos critican por un defecto o nos dicen palabras como: gordota, fea, no te quieren...**
 - **Cómo se siente cuando nos ignoran...**
 - **Cómo se siente cuando se burlan de nosotros y se ríen...**
 - **Cómo se siente si no quitan algo que nos pertenece** (tu lápiz, cuaderno).
7. Cada que terminan de colorear una silueta, se les pide que la muestren y se les hace sencillas preguntas de qué sintieron y cómo la colorearon). O se hace al

final una exposición en un lugar que todos puedan verlas y se da un tiempo para observarlas.

8. Por último, se les dice que ahora vamos a ver la diferencia de cuando nos tratan bien, y que utilicen colores diferentes a los que utilizaron. Con uno, dos o tres ejemplos basta (**Cómo se siente cuando nos dicen... que bonito niño/a, te quiero** mucho; eres muy importante y vales mucho...

Evidencia: mandar fotos de sus dibujos coloreados (siluetas). Lista de asistencia.

ACTIVIDAD 2. SÓTANO Y BALCÓN.

Sugerencia: aplicarlo en la modalidad individual de preferencia o en pequeños grupos con sana distancia.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD.

Conversatorio: Ahora imaginemos que las personas (cada uno de ustedes) somos como una casa. Una casa muy bonita y grande. Y sucede que esta casa tiene un lugar feo y que da miedo, y está en la parte de abajo y se llama sótano. Ahí en el sótano hay actitudes y comportamientos de violencia (como puede ser: regañar, burlarse, no escuchar, poner apodos, golpear, jalar los cabellos, empujar...). Ah, pero en la parte de arriba en el segundo o tercer piso hay un lugar donde hay una puerta y ventanas para salir a ver afuera de la casa, donde vemos afuera un parque, pájaros, personas, y ahí podemos platicar y sentirnos muy a gusto; esta parte de la casa se llama Balcón. En el balcón hay alegría, tranquilidad, paz y respeto.

Instrucciones para la técnica:

1. Van a dibujar en equipos y sobre una cartulina, una casa grande con sótano y balcón.

2. Una vez dibujado la casa, voy a mostrar y a leer, en papelitos o etiquetas, una característica o nombre que puede ir en el sótano o en el balcón; lo leo en voz alta y una o uno de ustedes pasa a recoger un papelito de los que nombre (hay varios para cada equipo) y pegan el nombre donde corresponda: el balcón o el sótano.
3. El/a tallerista lee en voz alta las características que deberán ir en el balcón o en sótano, y de una cajita o bolsa pide que pasen de cada equipo para recogerlos y pegarlos dentro del balcón o el sótano.
4. La lista de los nombres es los siguiente (se eligen los que se considera puedan comprender las niñas y niños de acuerdo al grado escolar o edad):

- Mucho coraje
- Alegría
- Fortaleza
- Odio
- Burlas
- Regaños
- Apodos ofensivos
- Golpes
- Culpa
- tristeza
- Miedos
- Paz
- Sonrisas
- Soledad.

5. Una vez terminado y revisado cómo quedó la casa, se les pregunta (Hacer las preguntas una por una, con el fin de motivar a la reflexión, no necesariamente se trata de contestar todas las preguntas, es sólo una Guía):

¿Dónde les gustaría estar? Por qué

¿Dónde se sienten mejor?

¿Cuándo es que las personas bajan al sótano?, ¿cuándo les tratan bien y sin violencia, o cuándo les tratan mal y con violencia?

¿Cuándo es que las personas suben al balcón?, ¿cuándo les tratan bien y sin violencia, o cuándo les tratan mal y con violencia?

6. Se les pide que dibujen una escalera que vaya del sótano al balcón, y se les explica que esa escalera significa cómo nosotros podemos decidir y cambiar la violencia y subir por la escalera a vivir otra forma de relacionarnos y tratarnos mejor.

7. Se les explica que esa escalera, tiene como nombre: **Escalera del respeto, dignidad y buen trato**, y se dialoga brevemente sobre el tema para cerrar la sesión.

SESIÓN 2: LA VIOLENCIA EN LA ESCUELA LLAMADA ACOSO ESCOLAR.

ACTIVIDAD 1. INTRODUCCIÓN AL TEMA CON UN BREVE CONVERSATORIO:

Ya vimos qué es la violencia y cómo es que nos afecta, y cómo lo hace en la casa y en la escuela. Ahora vamos a ver qué es lo que pasa cuando la violencia se da en la escuela, pero de una manera en que ésta se repite una y otra vez, por ejemplo: cuando uno o más niños o niñas golpean a cada rato o muy seguido a un niño o niña: o cuando se insulta y se le dicen palabras que les lastiman por varios días; no porque se pelearon sino por molestar todo el tiempo; o cuando se le ignora y dejan de hablarle para que igualmente se sienta mal y esté triste.

A esta forma de violentar en forma repetida le llamamos acoso escolar; porque acoso no es cuando sucede por una vez, sino que ocurre varias veces, y es tan grave y preocupante que quien lo vive puede llegar a salirse de la escuela, a deprimirse y no querer comer, no dormir bien, estar triste todo el tiempo, y hay quienes de tantas burlas o golpes, pueden lesionarse o intentar hasta quitarse la vida.

Son muy pocos los que acosan a otros niños o niñas, y muchas veces ni los maestros o maestras se dan cuenta, porque acusan a quien lo hacen víctima de su violencia (el niño o niña agredido o violentado), diciendo que las víctimas de acoso lo provocan, o hacen creer a los demás que se lo merece, porque “el niño o niña es raro”, o porque es diferente y, por lo mismo, tienen razones para tratarle así. A veces también algunos maestros o maestras les critican, se burlan de estos niños o niñas, les castigan mucho o les acusan de que son causantes de problemas, y eso puede hacer que reciban poco apoyo, que nadie les defienda o intervenga a su favor. Pero

algo nos debe quedar bien claro a todas y todos, y es que ninguna forma de violencia es buena, nadie se la merece, siempre lastima y daña, y si la usamos podemos acostumbrarnos a ella y pensar que es normal y hasta bueno tratarnos de esta manera.

ACTIVIDAD 2. VIDEOANÁLISIS: “EL SANDWICH DE MARIANA” Tiempo del video: 10:27 min.

OBJETIVO:

Darse cuenta cómo es el acoso escolar y pensar qué podemos hacer para que no suceda.

Descripción del contenido del video:

Mariana es una niña normal que asiste a la escuela y es responsable. Sin embargo, una niña más mayor que ella le quita cada día su bocadillo.

El cortometraje, dirigido por el cineasta mexicano Carlos Cuarón para la ONG del mismo país 'Basta MX' muestra la complejidad del acoso escolar desde distintos niveles, y hace pensar sobre el papel del hogar cuando los hijos son acosadores. De hecho, nos hace ver que el odio no nace "por arte de magia" y que, muchas veces, el niño que acosa no sólo es verdugo, sino que es posible que sea también víctima.

Carlos Cuarón construye un breve relato sobre el acoso escolar, en El sándwich de Mariana, una pieza en la que plantea los avatares diarios de Mariana (Paola Ruiz), una niña de diez años, maltratada constantemente por Isabel (Anna Gaby), y 3 años mayor que ella. Cuando la temerosa víctima descubre que su atacante es víctima de una cadena de agresión en su familia, dará una lección de humanidad, una

mirada tan viva como tierna. Mariana, es capaz de mostrar las virtudes de la sinceridad y la necesidad de dejar atrás viejas disputas.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD.

1. Observar el vídeo “El sándwich de Mariana” y al terminar comentar con las niñas y niños los siguientes puntos: “Vamos a comentar sobre la película que acabamos de ver, platicando sobre cada uno de los personajes y lo que pasó en el video...”

Nota: Las niñas y niños van respondiendo y aportando sobre lo visto en la película, de ahí nos basamos para ir generando la reflexión y el diálogo. No preguntar a los niños el por qué ni presionarles para que hablen, al contrario, motivarles y generar participación, sin criticar y haciéndoles notar que entre todos va comentarse lo que pasó y qué pensamos...

PREGUNTAS SOBRE LOS PERSONAJES (Elegir para responder 4 de las preguntas; de manera individual o grupal, una por una, ya sea por escrito y de preferencia oralmente para los más pequeños). **Nota:** recuerde que se trata de hacer preguntas para generar la reflexión, por lo que esta guía puede variar en los hechos, ya que puede ser que las mismas niñas y niños respondan ya algunas de ellas en sus respuestas, y si es así, el/la facilitadora/or se apoya en ellas para establecer un diálogo sobre lo visto y **cumplir con el objetivo de la actividad.**

-¿Quién es Mariana?

- ¿Qué tipo de problema tiene en la escuela y con quién?

- ¿Quién y cómo es Isabel?

-¿Cómo trata Isabel a Mariana, qué le dice: la golpea, se burla, qué más hace?

- ¿Qué hacen las amigas de Isabel, defienden a Mariana, intervienen?
- Cuando Isabel agredía a Mariana, ¿qué hacía para defenderse, o no hacía nada?
- ¿Cómo creen que se sentía Mariana?
- ¿Las maestras o maestros se dan cuenta de lo que le pasa a Mariana?

PREGUNTAS SOBRE LO PASÓ DESPUÉS DE QUE MARIANA SALIÓ DE LA ESCUELA (Elegir 3 o 4 preguntas, siguiendo las mismas indicaciones ya mencionadas).

- ¿Para qué creen que fue Mariana a seguir a Isabel?
- ¿Cómo trataba a Isabel su hermana? ¿Qué se acuerdan que le decía?
- ¿Cómo trataba la mamá a la hermana de Isabel?
- ¿Y el papá a la mamá, cómo la trataba?
- ¿Quién maltrataba al papá de Isabel?

¿CÓMO RESOLVIÓ MARIANA EL PROBLEMA QUE TENÍA CON ISABEL?...

- ¿Qué hizo Mariana al día siguiente en la escuela cuando buscó a Isabel?
- ¿Creen que Mariana hizo bien?
- ¿Para qué Mariana le fue a llevar un sándwich a Isabel?

CONCLUSIONES (Preguntas para todo el grupo. Puede pasarse sobre todo con los más pequeños a la actividad complementaria y de ahí hacer la conclusión)...

Con lo que acabamos de ver y reflexionar: ***Piensen ustedes que sería mejor ¿encontrar otras formas de enfrentar la violencia como lo hizo Mariana? O no hacer nada y dejar las cosas como están?***

- ¿Y qué podrían hacer los que agreden para no ser ya violentos/as?
- ¿Qué podrían hacer las mamás y los papás para que sus hijos no sean violentos y tratarlos mejor?

RECOMENDACIONES:

Pueden utilizarse alternativas para el diálogo divertidas o diferentes como por ejemplo, utilizar un títere o muñeco para iniciar el diálogo, o varios para cada momento de la reflexión. Otras opciones: Pasar voluntarios que la hagan de cada personaje, y así ir preguntando a los niños y niñas, cómo eran y qué hacían e ir lanzando las preguntas de reflexión. Otra es utilizar carteles con dibujos de cada personaje y al preguntarles mostrarles el dibujo para facilitarles el diálogo.

2. ACTIVIDAD COMPLEMENTARIA O PARA EJERCICIO EN CASA: Hacer un dibujo y colorearlo (si así lo desean), donde se dibujen así mismos, en una situación parecida como la de Mariana, o que hayan visto o vivido, donde puede haber empujones, golpes, insultos... Sólo que en su dibujo ***van a dibujarse haciendo algo diferente a la violencia: abrazarse, avisar a la maestra, platicar con mamá o papá*** de lo que está pasando; diciéndoles a quien les agrede un NO: No me gusta que me digas groserías; No me pegues, etc.

ACTIVIDAD ALTERNATIVA AL VIDEOANÁLISIS “EL SANDWICH DE MARIANA” (3ero y 4º de Primaria).



NOTA: En el caso de que las niñas y niños ya hayan visto el video en su mayoría o como alternativa al mismo según la decisión del/a tallerista.

Puede también sugerirse como actividad complementaria o actividad en casa, según sea el tiempo que desarrollen la sesión)...

VIDEOANÁLISIS: “BLENDER” Tiempo del video: 4:13 min.

OBJETIVO:

Darse cuenta cómo es el acoso escolar y pensar qué podemos hacer para que no suceda.

Descripción del contenido del video:

Se trata de una animación muda que ejemplifica diferentes comportamientos de acoso y en la que la intervención de los docentes y/o padres es clave para resolver la situación. Ayuda a reflexionar sobre la importancia de la intervención de la comunidad educativa en el apoyo dado a los acosados y la influencia para el cambio de actitudes de los acosadores, así como los beneficios que tiene para todos.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD.

1. Observar el vídeo mudo “BLENDER” y al terminar comentar con las niñas y niños los siguientes puntos: “Vamos a comentar sobre la película que acabamos de ver, platicando sobre cada uno de los personajes y lo que pasó en el video...”

Nota: Las niñas y niños van respondiendo y aportando sobre lo visto en la película, de ahí nos basamos para ir generando la reflexión y el diálogo. No preguntar a los niños el por qué ni presionarles para que hablen, al contrario, motivarles y generar

participación, sin criticar y haciéndoles notar que entre todos va comentarse lo que pasó y qué pensamos...

PREGUNTAS SOBRE LOS PERSONAJES ACOSADORES Y ACOSADOS (Elegir para responder 4 de las preguntas; de manera individual o grupal, una por una, ya sea por escrito y de preferencia oralmente para los más pequeños). **Nota:** recuérdese que se trata de hacer preguntas para generar la reflexión, por lo que esta guía puede variar en los hechos, ya que puede ser que las mismas niñas y niños respondan ya algunas de ellas en sus respuestas, y si es así, el/la facilitadora/or se apoya en ellas para establecer un diálogo sobre lo visto y **cumplir con el objetivo de la actividad.**

PREGUNTAS SOBRE EL NIÑO QUE ES ACOSADO POR SUS COMPAÑEROS.

- ¿Qué personajes son los que salen en este video?
- ¿Qué situaciones de acoso escolar vive el niño acosado? (mencionen los actos de acoso que vive por parte de los compañeros acosadores).
- ¿Cómo creen que se siente el niño que es acosado por sus compañeros (dale nombre a esas emociones o sentimientos).
- ¿Qué le dirían ustedes al niño que es acosado?

PREGUNTAS SOBRE LA MAMÁ DEL NIÑO QUE ES ACOSADO. (Elegir 3 o 4 preguntas, siguiendo las mismas indicaciones ya mencionadas).

- ¿Cómo creen que se sentía la mamá del niño que vive acoso ?
- ¿Cómo trata la mamá al niño acosado, qué hace por él?

- ¿Cómo intervino la mamá para ayudar al niño acosado?
- ¿Qué opina de la intervención de la mamá?
- ¿Qué opinan de los derechos de las mamás y papás para intervenir y apoyar cuando uno de sus hijos vive acoso escolar?

PREGUNTAS SOBRE LOS COMPAÑEROS ACOSADORES.

- ¿Cuántos acosadores son?
- ¿Cómo acosaban estos niños? ¿Qué hacían?
- ¿Cómo creen que se sentían estos niños al acosar? Denle nombre a esas emociones o sentimientos.
- ¿Qué opinan del comportamiento y actitud de estos niños?

PREGUNTAS SOBRE EL PROFESOR ...

- ¿Cómo se dio cuenta el profesor del problema de acoso?
- ¿Qué hizo el profesor para terminar con el acoso?
- ¿Qué creen que les diría el profesor para que los niños dejaran de acosar a su compañero?
- ¿Qué opinan del derecho de los profesores y directivos para intervenir en un problema de acoso?

CONCLUSIONES (Preguntas para todo el grupo. Puede pasarse a la actividad complementaria y de ahí hacer la conclusión)...

Con lo que acabamos de ver y reflexionar: ***Piensen ustedes que sería mejor ¿encontrar otras formas de enfrentar la violencia como lo hizo Mariana? O no hacer nada y dejar las cosas como están?***

- ¿Y qué podrían hacer los que agreden para no ser ya violentos/as?
- ¿Qué podrían hacer las mamás y los papás para que sus hijos no sean violentos y tratarlos mejor?

RECOMENDACIONES:

Pueden utilizarse alternativas para el diálogo divertidas o diferentes como por ejemplo, utilizar un títere o muñeco para iniciar el dialogo, o varios para cada momento de la reflexión. Otras opciones: Pasar voluntarios que la hagan de cada personaje, y así ir preguntando a los niños y niñas, cómo eran y qué hacían e ir lanzando las preguntas de reflexión. Otra es utilizar carteles con dibujos de cada personaje y al preguntarles mostrarles el dibujo para facilitarles el diálogo.

2. ACTIVIDAD COMPLEMENTARIA AL VIDEO BLENDER. Al igual que a la actividad complementaria al “Sandwich de Mariana”, si se elige este video, posteriormente, o como ejercicio en casa se les pide realicen un dibujo y colorearlo (si así lo desean), donde se dibujen así mismos, en una situación parecida como la del niño acosado, o que hayan visto o vivido, donde puede haber empujones, golpes, insultos... Sólo que en su dibujo van a dibujarse haciendo algo diferente a la violencia: abrazarse, avisar a la maestra, platicar con mamá o papá de lo que está pasando; diciéndoles a quien les agrede un NO: No me gusta que me digas groserías; No me pegues, etc.

SESIÓN 3: LOS TIPOS O MODALIDADES DEL ACOSO ESCOLAR.

CONVERSATORIO:

Los tipos de acoso escolar, son los distintos modos en que se puede acosar **de manera repetitiva** contra uno o varios niños o niñas, y puede ser que lo realice un sólo acosador; una niña o varias, un niño o varios, o incluso todo un grupo. Antes le llamábamos Bullying, en inglés; pero lo correcto es nombrarlo en español (acoso), lo que nos dice que este suceso se repite varias veces; por lo que a las personas que sufren el acoso, les afecta de muchas formas: en su autoestima (cómo se ven a sí mismos y cuánto se valoran y se quieren); en su salud (pueden enfermarse de problemas de la panza, tener dolores de cabeza, enfermarse seguido de infecciones, entre otros problemas); también les puede afectar en su sueño, dormir poco; quitarles el apetito; pueden volverse agresivos o peleoneros como una forma de defenderse o desquitarse; volverse tímidos, asustadizos, aislarse de los demás; estar muy tristes o angustiarse por los problemas; tener problemas en la escuela en cuanto a no querer ir a la escuela por la violencia que viven, tener bajas calificaciones, mala conducta o que los vean como extraños o raros y se burlen de ellos.

Lo peor que nos puede pasar, es que nos acostumbremos al acoso, que creamos que es un problema de quien acosa y es acosado, que basta con defenderse de cualquier modo y nos volvamos indiferentes, o sea que no hagamos nada, no



apoyemos a los compañeros o compañeras, e incluso nos burlemos de ellos. Esto puede pasar por miedo, pero la mayor parte de las veces ocurre porque no sabemos qué hacer, no entendemos el problema y no reconocemos las diversas modalidades y tipos de acoso. Por eso en esta ocasión vamos a ver cada una de estos tipos o modalidades, para descubrirlas, y más adelante vamos a practicar varias formas de protegernos y apoyarnos.

OBJETIVOS:

1. Identificar el acoso como tal y sus diversas modalidades (tipos, formas o variantes).

SUGERENCIA:

Aplicar la actividad 1 con una breve presentación sobre el tema, adecuada a las niñas y niños, y acompañada de ilustraciones (recuérdese que deben ser caricaturas, o fotos donde no se reconozca o se distinga el rostro de las niñas y niños).

DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES:

ACTIVIDAD 1. EXPOSITIVA Y DIÁLOGO TEMÁTICO. Las diversas formas del acoso.

Instrucciones:

1. Se realiza antes la introducción del tema (Ver texto más arriba).

2. Se inicia con una o dos preguntas la exposición y diálogo, de la siguiente manera:

Aquí puede utilizarse una presentación Power point, rotafolio, cartulinas o algún(os) títere(s) para establecer el diálogo. Es muy importante, comenzar y hacer preguntas sencillas y claras para despertar el interés y la participación, por ejemplo:

Niñas(os), ¿ustedes saben qué es el acoso? Yo les voy a decir. Pero primero quiero ver si han oído hablar de esta palabra y cómo la entienden...

El acoso es una forma de violentar de manera repetitiva o recurrente. ¿De qué manera se puede acosar a otros? Qué creen ustedes. Vamos a ver luego estas distintas maneras. Pongan mucha atención, porque ustedes conocen muchas de estas, y más ejemplos de los que yo diga. Llega a ser tan común vivir acoso que a veces no le prestamos atención. Además, hay que tener cuidado con estas formas de acoso, porque puede ser que, de hacerlo una vez, al rato se convierta en una manera repetitiva de tratar a otros o de que nos convirtamos en acosados o acosadores.

Las formas o modalidades de acoso que se van a ver son las siguientes:

- Acoso físico.
- Acoso verbal.
- Acoso psicológico o emocional.
- Acoso social.
- Acoso por internet o ciberacoso.

LAS MODALIDADES DE ACOSO ESCOLAR.

EL ACOSO FÍSICO.

Se caracteriza por el empleo del poder y la fuerza física. Y se manifiesta o usa a través de puñetazos, patadas, empujones, zancadillas, manotazos, empujones, pellizcos, agarrar del cabello, etc. (¿Conocen alguna otra forma?) Podemos usar todo el cuerpo o alguna parte: cabezazos, por ejemplo): Pero también hay otra forma y es cuando impedimos que un niño o niña circule por distintos lugares comunes (que no pase por ese lugar), o que impiden actividades como el jugar con otras niñas y/o niños: también se incluye cuando se sujeta a una persona para que no se mueva, o las amenazas con algún objeto.

EL ACOSO VERBAL.

Se caracteriza por el empleo de apodos, ridiculizaciones o cualquier sobrenombre que genere malestar en la persona objeto de la burla o mofa. Es una modalidad que suele depender de la reacción de los observadores, en la medida en que quienes son acosados validen, ignoren o rechacen el mote o palabras despectivas o de desprecio o burlas.

EL ACOSO SOCIAL.

Se basa en las prácticas de exclusión y marginación impuesta, tanto a quien recibe la agresión como a los observadores, a quienes se los obliga a cortar vínculos con la víctima (no juntarse con esa persona, ignorarlo, no hablarle, no tomarlo en cuenta en actividades de grupo o equipo).

EL ACOSO PSICOLÓGICO.

Se ataca la autoestima y valoración de quien recibe la agresión. A menudo parte de insultos fundados en características propias o adjudicadas como ser mujer,

pertenecer a un grupo indígena, aun barrio o colonia, la situación socioeconómica, entre otros. Es decir, críticas, burlas, desprecios, humillaciones, por ser diferentes.

EL CIBERACOSO O CIBERBULLYING.

Se produce mediante las redes sociales (correo electrónico, facebook, twitter, instagram, entre otros) a través de las que se difunden insultos, comentarios agresivos, amenazas, fotos editadas, burlas, ofensas, etc. También puede incluir la creación de perfiles falsos a nombre de la víctima con fines de humillarle o hacerle sentir mal.

ACTIVIDAD 1. JUEGO DE ROLES (para niños de 3ero y 4º año).

Explicarle a las niñas y niños qué es el juego de roles, y que se trata de un juego para representar situaciones y personajes (como en el cine, la televisión, el teatro), y para ello en grupos vamos a inventar historias de acoso, y los personajes que tienen que ver con esa historia.

Instrucciones:

1. Una vez explicado cómo es un juego de roles, se divide en subgrupos a las niñas y niños, cuidando queden niñas y niños más o menos equitativamente. Se les pide que escojan una modalidad para representar el juego de roles. (Cada subgrupo es conveniente que queden de 3 a 5 integrantes como máximo).

2. A cada subgrupo se le explica o recuerda en qué consiste cada modalidad escogida. Y se les indica que primero deben platicar qué saben, o han conocido de cómo se presenta esa forma de acoso, y que imaginen entre todos/as una historia, con la siguiente secuencia:

1) Dónde ocurre o están antes de que pase el acoso, qué sucede.

2). Cómo fue que se dio o comenzó el acoso.

3). Qué sucedió después. Y ¿Cómo termina toda la historia?

Personajes: Niño/as o niños/as acosadas, acosador o acosadores, otros compañeros/as de la escuela, profesor/a, director/a. Pueden incluir mamás, papás o hermanos si quieren, si su historia lo necesita como pasó por ejemplo en la “Historia de Mariana”.

1. Primero crean la historia, luego reparten sus personajes entre el grupo y qué va a pasar y van a decir.

2. Por último ensayan brevemente o van recordando qué va pasando y qué va a decir cada quien. Se les puede decir a las niñas y niños que pueden hacer cambios para mejorar su historia.

3. Dan un nombre de cómo se llamará la Obra.

4. Pasan a representar el juego de roles por cada subgrupo.

5. La o el coordinador/a de taller felicita a todo el grupo, y puede ser que después de cada obra haga preguntas sobre lo qué pasó, la actitud de los acosados y acosadores y de los demás personajes, y guíe la reflexión y las conclusiones. Puede también realizar la conclusión al final de la obra, sin embargo, se recomienda la realice al finalizar cada representación, aprovechando la memoria inmediata y el tema, y ya al final hacer las conclusiones más relevantes de lo aprendido en el taller.

RECOMENDACIONES:

- Ser muy flexibles, no demandar a los niños y niñas mucho en cuanto a contenido de historias y mensajes, respetar las diferencias y animarlos que lo hagan hasta donde puedan y se les ocurra, sobre todo con los/as más pequeños/as.

- Apoyarles, darles ejemplos sin decirles toda la historia, ir explicando las secuencias de la historia, estar al pendiente de cada subgrupo en todo el proceso.
- Implicar lo más posible a la mayoría de integrantes en las representaciones.
- Decirles claramente que, aunque se mostrarán formas de acoso y violencia, no deben dañar a nadie durante la representación, y que es sólo un juego, así que imaginarán que pelean como si... sin tener que pegarse ni empujarse. Poner un ejemplo si es necesario.
- Cuando representen, sugerirles que deben ayudarse a recordar y elegir quién va a hacer un determinado papel.
- Cada que pase un subgrupo y termine, invitarles a aplaudir a quienes les observaron.
- Pedir silencio y respeto cuando pase cada grupo.

ACTIVIDAD 2. VIDEOANÁLISIS: ¿Y TÚ DE QUÉ LADO ESTÁS? 4:23 min.

Descripción del video:

Relata el caso de una niña que vive acoso de parte de un grupo de compañeros, quienes la retan a salir al patio de la escuela, tachándola de cobarde sino lo hace. Siente entonces temor de vivir no sólo acoso verbal y psicológico sino también físico. Pero algo inesperado acontece...

Con este video no se trata de hacer un análisis detallado, por lo que las preguntas básicas serían:

1. ¿Qué es lo que pasó en este video?
2. ¿Qué opinan del apoyo que recibió la niña de parte de sus compañeros y maestros?
3. ¿De qué otra manera se les puede apoyar a quien sufra acoso escolar?
4. ¿Estarían dispuestos a apoyar a un compañero/a si pudieran?

ACTIVIDAD COMPLEMENTARIA PARA CASA. LECTURA DEL CUENTO: EL CLUB DE LOS VALIENTES.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD. (En el anexo se encuentra el cuento y actividades sugeridas para complementar lo aprendido o realizar en casa. Se les entrega el cuento, y se les pide que lo lean y de preferencia juntos con sus papás o algún adulto cuidador. Escoger alguna de esas actividades para entregar como evidencia, además de contestar 3 preguntas).

- ¿Cómo se sentía Alan al vivir el acoso de Samuel?
- ¿Cómo se sentía Alan al ser tratado por los demás niños y niñas como un cobarde?
- ¿Cuál fue el plan de Alan para terminar con el acoso de Samuel?

SESIÓN 4: APRENDER A PROTEGERNOS DE LA VIOLENCIA.

CONVERSATORIO: Hay que aprender a protegernos ante las distintas formas de la violencia; a cuidarnos, a defendernos y evitar que nos hagan daño. La intención del que acosa o violenta es lastimarnos o dañarnos de algún modo, y no sólo es hacerlo físicamente en nuestro cuerpo; en realidad, el principal objetivo del que nos ataca y agrede es que nos sintamos mal y que reaccionemos sin hacer nada o que nos volvamos agresivos y tengamos sentimientos que afecten nuestra forma de valorarnos y querernos a nosotros mismos: sentir coraje, tristeza, vergüenza o pena, estar estresados o preocupados. Entonces tenemos que aprender a ser fuertes y seguros/as, no permitir que nos falten al respeto, y saber responder sin ser agresivos ni pasivos (que no hagamos nada por defendernos o buscar apoyo).

A la forma de actuar de manera que nos protejamos sin ser agresivos ni someternos al otro, le llamamos asertividad, o el ser asertivos/as.

Entonces se trata de parar o de poner límites al que nos agrede, haciéndole ver que no nos gusta cómo nos está hablando o nos trata, pero sin enojarnos y portarnos también agresivos, o sea, actuar sin violencia, sin dañar a nadie ni tampoco a nosotros/as mismos/as.

En esta sesión vamos a aprender cómo hacerlo, y para qué. Esto nos ayudará también a no volvernos violentos o pasivos, sino asertivos.

TÉCNICA 1. CUENTO: OREJAS DE MARIPOSA.

Introducción:

Niñas y niños, vamos a ver y a escuchar con mucha atención, un pequeño cuento sobre una niña llamada Mara, que aprendió una forma muy inteligente y divertida para deshacer las críticas, burlas y agresiones verbales de los demás, sin que ella se enojara y protegiéndose de la violencia. ¿Cómo era la actitud de esta niña? Si es agresiva, entonces ella responde con coraje, atacando y lastimando con palabras o físicamente a los demás; si es pasiva no hace nada, no se defiende ni responde, y se pone nerviosa, angustiada y temerosa, si no es ninguna de estas y responde segura, sin sentirse mal y sin agredir, entonces es ASERTIVA. Muy bien. Luego vamos a platicar cómo aprendió a responder y aprenderemos la canción del cuento, que lleva por nombre: **Orejas de Mariposa**.

Instrucciones:

1. Hay dos formas de presentar el cuento “Orejas de Mariposa”. Uno es presentando el video a manera de corto y otra es contándolo con ayuda de muñequitos o recortes (NOTA: se anexa el video, así como el texto del cuento). De cualquier manera, la idea es que las niñas y niños conozcan la historia, y cómo fue que Mara desarrolló una forma asertiva de responder a las agresiones y críticas sobre su cuerpo y especialmente de sus orejas.
2. Comentarios sobre el cuento “Orejas de Mariposa”. Se inicia una serie breve de preguntas, con el fin de recapitular y reflexionar sobre la actitud de Mara.
 - ¿Recuerdan niños/as que le preocupaba a Mara?

- ¿Qué le preguntó a su mamá y qué le dijo ésta?
- ¿Recuerdan que partes de su cuerpo le criticaban y querían burlarse los otros niños y niñas?
- Recuerdan algunas de las respuestas de Mara?
- ¿Le ayudó a Mara responder de esa manera? ¿Se enojaba? ¿Se mostraba asustada y pasiva? ¿Se ponía a criticar también a los niños?
- ¿-Su actitud era pasiva, agresiva o asertiva?

Se realizan las preguntas de acuerdo a cómo van respondiendo los niños y niñas, y puede preguntarse y qué piensas, ¿o qué crees que sentía Mara?

3. Una vez realizándose los comentarios en grupo, quien coordina cierra la reflexión, entresacando conclusiones según lo dicho por las niñas y niños respecto al tema tratado: 1. La importancia de saber responder de forma asertiva, 2. de la actitud corporal, 3. de las respuestas verbales positivas, y 4. recomendarles que como dijo Mara al final, ella reconoce que no tiene orejas de mariposa” sino que son grandes (lo que les demás lo ven como defecto). Pero ella **aprendió que no importa qué le digan, sino que lo importante es que ella no se sienta mal, ni grite ni se enoje, sino que con actitud asertiva aprenda a responder.** Así, quienes se burlan, son groseros y critican, **NO PODRÁN LOGRAR SU OBJETIVO: HACER SENTIR MAL Y MENOS A LAS NIÑAS Y NIÑOS QUE AGREDEN.** Todos tenemos algún defecto, y nos podemos gustar y aceptar como somos.

Sugerencias:

Si no es posible la participación grupal, guiar el diálogo de manera individual. En todos los casos reuértese que las niñas y los niños a estas edades no atienden a frases o explicaciones muy largas, a sí que es mejor acortarlas, dejarlas bien el claro, utilizar mensajes cortos, y en la medida de lo posible repeter con su ayuda

haciéndoles preguntas de retroalimentación para asegurar que hayan quedado muy claro las ideas y mensajes.

Si la intervención es en línea, el/la tallerista la coordina de esta manera, utilizando las preguntas de la Guía, realizándose al final las conclusiones tanto de las niñas y niños como del/a tallerista.

ACTIVIDAD COMPLEMENTARIA O ALTERNATIVA: PLATICANDO CON MARA.

Después del análisis, realizan un pequeño texto o dibujo que se llamará “platicando con Mara”, donde imaginarán que le cuentan a Mara sus defectos como niñas y niños, ya sea que encuentren en su físico o algo que no les guste, y le dirán a Mara cómo es (su nariz, estatura, ojos... según el defecto percibido o que no les guste). La idea es que lo hagan de manera asertiva como lo hizo Mara, o de otra forma que no sea agresiva contra otros o contra sí mismos.

ACTIVIDAD 2: DECLARACIÓN DE AUTOESTIMA EN VOZ ALTA.

Se pide a los niños y niñas que desde sus lugares y de pie, van a repetir en coro las palabras que les diga la o el tallerista, y cada que repitan una frase en voz alta se apuntan con un dedo índice a su persona, señalando que se refieren a ellos /as. Este ejercicio también puede tener otras variantes como: hacerlo en parejas, o en

un círculo grande y la o el tallerista dentro del círculo va guiando. Siempre las niñas y niños repiten en voz alta, cada una de las siguientes frases:

DECLARACIÓN DE AUTOESTIMA Y DE ACTITUD ASERTIVA.

- Yo valgo mucho.
- Mi cuerpo es hermoso.
- Mis ojos son muy valiosos.
- Mis manos me permiten tocar, acariciar y jugar
- Mis pies y mis piernas me permiten caminar, correr y saltar
- Todo mi cuerpo es valioso y hermoso
- Todo mi cuerpo me ayuda a ser feliz
- Yo soy un niño (o niña) hermoso/a
- Puedo elegir estar contento
- Puedo aceptar como soy
- Me gusta como soy
- Mis defectos no son lo que yo soy

- Me acepto como soy
- Acepto mis defectos y me respeto
- Estoy dispuesto a quererme
- Acepto querer a los demás
- Acepto respetarme y respetar a los demás
- Me gusta ser el niño y niña que soy
- Nadie puede lastimarme si no quiero y lo acepto
- Soy y tengo derecho a ser feliz.

SESIÓN 5. AUTOESTIMA CONTRA LA VIOLENCIA.

Conversatorio:

¿Qué es autoestima?

Autoestima es valorarnos positivamente, querernos, reconocer nuestras cualidades y capacidades; es una habilidad para desarrollar todos los días, y que nos va a permitir protegernos, cuidarnos y superarnos siempre a pesar de nuestros errores y de las desgracias y problemas que tengamos. La autoestima nos mantiene fuertes aun cuando nos sintamos débiles, o cuando tengamos pérdidas de seres queridos o de bienes materiales.

La autoestima es un poder personal. Nos permite ser, vivir y ser felices. Con baja autoestima nuestro poder y fuerza como personas se reduce mucho, con mediana nos podemos mantener y sobrevivir, pero **la alta autoestima es aquella que nos ayuda a enfrentar todas las situaciones difíciles.** Y es aquí que cuando vivamos violencia de cualquier tipo, la autoestima nos llevará a protegernos frente a ella, a decir no, a ser asertivos, a pedir apoyo y a no creernos todo lo malo que nos dicen, a no rendirnos y darnos por vencidos, sino a seguir adelante venciendo todos los obstáculos.

Nunca es mala o excesiva la autoestima, y no hay que confundirla con creerse mucho, con ser presumidos y egoístas. Quien tiene buena autoestima respeta a los demás, sabe querer y comprender. Quien tiene buena autoestima, va a elegir la no violencia como forma de ser y de vivir; no necesita demostrar que es mejor que otros ni agredir, pues se quiere bien y se acepta y piensa positivo de sí mismo. Las niñas y los niños pueden desarrollar una alta autoestima, pueden sentirse triunfadores, únicos, merecedores de amor y respeto. ***¡Y ese es el poder de la autoestima para ser felices!***

Objetivos:

1. Que niñas y niños comprendan la importancia de la autoestima.
2. Que las niñas y niños ensayen formas de aumentar su autoestima.
3. Descubrir cómo la autoestima nos hace sentir mejor y es un escudo frente a la violencia y una herramienta para ser felices.

ACTIVIDAD 1. VIDEOANÁLISIS: “EL CUENTO DEL PATITO FEO (9:07 MIN).

Indicaciones:

Niñas y niños, vamos a presentar a ustedes el cuento del patito feo, algunos tal vez ya le conozcan, pero no se trata solamente de saber de la historia, sino reflexionar sobre ella y aprender a valorarnos y a querernos para que no nos sintamos como patitos feos sino que seamos niñas y niños alegres y que se sientan contentos de ser como son...

Al finalizar se hace un análisis breve o comentarios, con preguntas básicas cómo:

- ¿Qué fue lo que más le llamó la atención del cuento?
- ¿Cómo se sentía el patito por cómo lo trataron?
- ¿y ustedes que sintieron al ver al patito feo que lo maltrataban?
- ¿Quiénes se burlaban del patito feo?
- ¿Qué le decían?
- ¿Cómo se sintió el patito feo al saber que era un cisne?
- ¿Qué decían de él al saber ya que era un cisne?
- ¿Cuál creen que es el mensaje de este cuento para nosotros?

No olvidar el/la tallerista de hacer el cierre con conclusiones sobre la importancia y el valor de la autoestima para no sentirnos como patitos feos, y que todas y todos tenemos cualidades, más que defectos, y tenemos que aprender a conocernos y valorarnos por todas ellas.

ACTIVIDAD 2. LA CANCIÓN DE MARA.

Tiene como objetivo el que las niñas y niños se diviertan mientras afirman su autoestima al cantar esta canción.

Para este ejercicio se anota por escrito la canción y se aprende la tonada. Después ya en el aula se pone la video-canción para que escuchen cómo va la tonada y/o se les canta a los niños diciéndoles que vayan repitiendo todos en coro la canción total o sólo el siguiente estribillo (según veamos que los niños y niñas respondan): “y qué más da y qué más da cuando te quieres, lo que piensan los demás”. Luego se pone la canción para acompañar la tonada y la música y se canta en coro.

ACTIVIDAD 3. VIDEO ANÁLISIS: CORTOMETRAJE “LA OVEJA PELADA” 4:31 min.

Niñas y niños, vamos a conocer ahora la historia de una oveja pelada. ¿Saben cómo son las ovejas? Ah bueno, esta vez resulta que a esta oveja la pelan y le quitan la lana, y veremos cómo se siente y qué pasa después cuando se encuentra con alguien que le dice cómo sentirse bien y qué hacer. Pongan mucha atención...

Al finalizar el cortometraje, se realizan preguntas como:

¿Les gustó la historia?

¿Qué es lo que más les gustó?

¿Cómo se sentía la oveja pelada antes de encontrarse a su amigo?

¿Y qué le dijo su amigo para que se sintiera mejor?

Y nosotros, cuando nos sentimos mal, tristes, sin ganas, aburridos, ¿qué podemos hacer para sentirnos mejor? ¿Qué hacen ustedes?

Terminar con una breve conclusión sobre qué hacer para tener siempre buena autoestima, y darnos un abrazo cada uno (demostrar cómo) y finalmente un fuerte aplauso.

ACTIVIDAD 4. EL DIBUJO DE MI AUTOESTIMA. (Complementaria o de ejercicio en casa).

Como actividad de cierre o de ejercicio en casa, a las niñas y niños se les pide hagan un dibujo de sí mismos y piensen en lo que más les guste de sí mismos (as) (sea de su físico, su manera de ser, lo que hacen), y al terminar muestren su dibujo a otra persona que tengan cerca (sea en el grupo o en casa) y le platiquen sobre qué es lo que más les gusta de sí mismos. Preguntar a esa persona qué es lo que más le gusta de él o ella (si es niño o niña) y decirle que también nos puede platicar qué es lo que les gusta más de sí mismo.