

PRIMARIA

SESIÓN N° 3: "PREVINIENDO EL ACOSO ESCOLAR"

Competencia a desarrollar:

Convive y participa democráticamente en la búsqueda del bien común.



¿Qué buscamos?:

Que las y los estudiantes conozcan qué es el acoso escolar o bullying y sepan identificarlo. Asimismo, sepan cómo pueden prevenirlo a través del Buen Trato y qué acciones pueden tomar para enfrentarlo.



Ideas clave:

- El acoso escolar o bullying es cuando un niño, una niña, un adolescente o un grupo de ellos o ellas, maltrata a otro niño, niña o adolescente con la intención de molestarle y hacer que se sienta mal, en forma repetida y continúa a través del tiempo.
- Podemos prevenir el acoso escolar o bullying practicando el Buen Trato. Reconociendo y valorando a las y los demás, con sus características, gustos e intereses. Siendo empáticos con la forma en cómo se sienten y comunicando nuestras emociones e ideas de manera respetuosa.
- Podemos actuar frente al acoso escolar, rechazándolo con un gran NO, pidiendo ayuda a una persona de confianza, acompañando a nuestro compañero o compañera que está siendo acosado y reportando esta situación en la plataforma Siseve.

Resumen de la sesión

Actividad	Tiempo	Materiales
Presentación: Conejos, conejas y casas	15 min.	No requiere materiales
Desarrollo: Explorando el bullying	20 min.	- Papelógrafo - Situaciones - Plumones
Cierre: Lo que tenemos en común	10 min	No requiere materiales
Evaluación: Juntas y juntos contra el bullying	10 min	- Papelógrafo, colores, plumones, etc

ANTES DE INICIAR LA SESIÓN



- Revisa la sesión, prepara los materiales necesarios y organiza el espacio.
- Realiza algún ejercicio de respiración y enfoque que te ayude a estar en la mejor disposición para realizar la actividad con tus estudiantes.
- Dales la bienvenida con calidez y amabilidad y recuerden juntos sus acuerdos de convivencia.

PLAN DETALLADO DE LA SESIÓN

1. Inicio.

Actividad 1: “Conejos, conejas y casas”



15 minutos

Da la bienvenida a tus alumnos y alumnas, coméntales que el día de hoy hablarán sobre el acoso escolar o bullying. Para ello, primero invítalos a participar en el juego llamado “Conejos, conejas y casas”. Para realizarlo, se requiere contar con un espacio amplio, por lo que, si se realiza dentro del aula, se sugiere colocar las sillas y mesas hacia los lados o se puede realizar en el patio.

Conejos, conejas y casas

Invita a las y los alumnos a caminar por el espacio libremente. Cuando des una palmada, pídeles que se pongan en grupos de 3 personas. Una vez formados los tríos, asignales un rol: 2 alumnos(as) serán casa y 1 alumno(a) conejo(a). Luego, pídeles que quienes tienen el rol de casa se tomen de las manos y que el conejo(a) se coloque entre ellas.

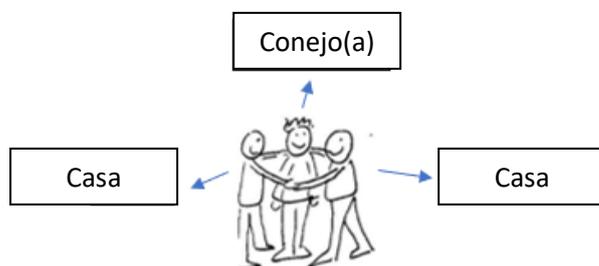
Explica que cuando digas la palabra:

- **Casa:** Todas las casas, sin romperse, deben salir a buscar otro conejo(a). Los conejos (as) no se mueven de lugar.
- **Conejos(as):** Los conejos(as) salen de la casa donde están en busca de otra. Las casas no se mueven de lugar.
- **Mudanza:** Se derrumban las casas y escapan los conejos(as), para formar nuevos tríos.

Has una primera prueba, para ver si las y los alumnos han comprendido el juego. Por ejemplo: Menciona la palabra “¡Casa!” y las y los alumnos que tienen el rol de casa se mueven en busca de un conejo(a). En la siguiente ronda, te integrarás en el juego, adoptando el rol de conejo(a) o casa. Por ejemplo: Menciona la palabra ¡conejo(a)! y te metes en una de las casas. Evidentemente, un alumno o alumna se quedará sin casa. Le tocará a ella o él hacer mención de una de las 3 palabras.

Antes de iniciar el juego, recuerda a las y los alumnos la importancia de mantener el Buen Trato para poder disfrutar al máximo de la experiencia. Comentar que, si se presentase alguna situación donde se falte el respeto a un compañero o compañera, el juego se dará por terminado.

**Si deseas bajar el nivel de dificultad, te sugerimos: Dar solo la indicación de ¡Conejos(as), para que solo sean los que tienen este rol quienes cambien de casa; omitiendo las consignas de ¡casa! O ¡mudanza!*



Pregunta para reflexionar:

- ¿Qué les pareció el juego?
- Cuando fueron conejos(as) y tuvieron que buscar casa, ¿Qué pensaron o hicieron?
- Cuando fueron casa y tuvieron que buscar conejo(a) ¿Qué pensaron o hicieron?
- ¿Qué sintieron cuando lograron obtener una casa?
- ¿Qué sintieron cuando se quedaron sin casa?
- ¿Por qué a veces se excluye a una persona o no pensamos en cómo se siente?
- ¿Qué es el acoso escolar o bullying? ¿Por qué creen que sucede?

Retroalimentación:

- En el juego, hemos visto cómo a veces cuando nos preocupamos solo en alcanzar nuestro objetivo como el de “encontrar una casa” o “un conejo(a)”, podemos terminar excluyendo a una compañera o compañero. Una situación similar se da cuando, por ejemplo, buscamos ser admirados o ganar popularidad a costa de otros, burlándonos o lastimándoles. Esto se da en el bullying.
- El acoso escolar o bullying es cuando un niño, una niña, un adolescente o un grupo de estos maltrata a otro niño, niña o adolescente con la intención de molestarle y hacer que se sienta mal, en forma repetida, a través del tiempo.
- El acoso escolar o bullying a veces puede parecer un juego, que genera risas y bromas. Lo cierto es que el acoso lastima y causa daño a las personas involucradas (aunque no siempre lo veamos).
- Es importante recordar que todas y todos, al ser seres humanos, somos igual de valiosos e importantes, y por tanto, merecemos ser tratados con respeto. Nadie tiene derecho a ser discriminado o excluido por su forma de ser, sentir, hablar, vestir, por su origen, etc.

2. Desarrollo

Actividad 2: “Explorando el Bullying”



20 minutos

Luego de realizar la actividad inicial, invita a las y los alumnos a seguir conociendo sobre el acoso escolar o bullying. Para ello, indícales que revisarán juntas y juntos algunas imágenes sobre situaciones de bullying y de conflicto que se dan en la convivencia escolar.

Situaciones en la convivencia escolar

Se revisa cada situación compartiendo las siguientes preguntas:

- ¿Quiénes son los involucrados/das?
- ¿Qué emociones están presentes?
- ¿Esta situación ocurre con frecuencia?
- ¿En dónde se da?
- ¿Es una situación de bullying o de conflicto?
- ¿Qué harían en esta situación?

*Se recuerda a las y los estudiantes escuchar sin juzgar, las opiniones de cada uno y una de sus compañeros/as.

Según como se vaya trabajando cada imagen, se irá ubicándolos en la pizarra separando aquellos casos que hacen referencia a una situación de bullying y aquellos que hacen referencia a una situación de conflicto o discusión.

* Si cuentas con tiempo podrías formar grupos y que cada uno analice una situación diferente. Sino, puedes trabajar los casos con toda la clase a través de una lluvia de ideas.

Preguntas para la reflexión:

- ¿Qué les pareció la actividad?
- ¿Qué podemos hacer ante una situación de bullying?
- ¿El grupo, las compañeras y/o compañeros podrían hacer algo para cambiar estas situaciones? ¿Por qué?

Retroalimentación:

- El acoso escolar o bullying es un tipo de violencia que se diferencia de los conflictos, discusiones y desacuerdos. Pues tiene tres características que lo definen:

- a) **Es intencional**, es decir, que la persona que acosa escoge deliberadamente al estudiante que es percibido como más débil y vulnerable con la intención de causarle daño.
 - b) **Es continuo en el tiempo**, es decir, que no se trata de episodios de violencia aislados, sino que el acoso se repite constantemente, a lo largo de un período de tiempo.
 - c) **Se da en un contexto de desequilibrio de poder** donde la persona que acosa es percibida como más fuerte (por su estatus social, popularidad, aspecto físico, sexo, etc.) y la persona acosada como más débil (tiene pocos amigos/as, se le ve más inseguro o tímido/a, etc.).
- El acoso escolar se expresa a través de: insultos, apodos, burlas, empujones, patadas, jalones, rumores, exclusiones, rechazos, memes, subiendo fotos sin consentimiento, enviando mensajes ofensivos, etc. Puede darse tanto en un contexto presencial como virtual.
 - Frente al bullying, todas y todos podemos actuar. Si conocemos o estamos atravesando por una situación de bullying podemos rechazarla con un NO firme y pedir ayuda a una persona de confianza ya sea de nuestra escuela o nuestra familia. Además, si somos testigos, podemos juntarnos con otros chicos y chicas y acercarnos a aquel compañero o compañera que está siendo acosado; acompañarle y apoyarle. Así, podremos demostrar compañerismo y hacerle sentir que no está solo o sola; en esto radica el poder del grupo.

Nota: En este momento puedes entregarles la ficha del “Poder en mis manos”, donde se presentan acciones que pueden realizar frente al bullying. Si se cuenta con tiempo, se les puede invitar a colocar una frase o un slogan que nos invite a hacerle y colocarlos en su cuaderno o un espacio visible del aula. Si son niñas y niños que aún les cuesta escribir, pueden entre todas y todos crear un slogan, escribirlo en la pizarra y copiarlo en su ficha.

3. Cierre



Actividad 3: “Lo que tenemos en común”

Luego de conocer un poco más sobre el acoso escolar o bullying, a través de esta actividad, se busca que las y los estudiantes reconozcan que se puede prevenir a través del Buen Trato. Para ello, solicítales que se pongan de pie formando un círculo.

Lo que tenemos en común

Colócate a un lado del círculo. Indícales a tus estudiantes que mencionarás una serie de frases y que, si ellas o ellos se identifican con ellas den un paso hacia adelante. Si deseas, puedes pedirles que, escuchen la frase y den el paso con los ojos cerrados, para evitar que se sientan influenciados por las reacciones de otros u otras y, una vez que el paso haya sido dado, los abran. El objetivo es que puedan darse cuenta que comparten situaciones y emociones con algunos de sus compañeras/compañeros, incluso con aquel o aquella con el que quizás no se llevan bien o tienen prejuicios.

Frases: “Den un paso hacia adelante aquellas/aquellos que...”:

- Usan lentes.
- Les gusta el color azul
- Les gusta las películas de Disney
- Les gusta comer tallarines rojos
- Les gusta ser escuchado/escuchada
- Alguna vez se ha metido la pata
- Alguna vez has aprendido algo nuevo
- Se sienten valiosos o valiosas
- Merecen ser felices
- Tienen derechos

** Puedes cambiar las primeras frases (1 al 4) por otras que consideres se relacionan más con los gustos, intereses de tus estudiantes. También puedes aumentar otras, según lo consideres.*

Pregunta para reflexionar:

- ¿Cómo se sintieron al realizar la actividad?
- ¿Qué podemos aprender de ella?
- ¿Seremos todos y todas iguales? ¿Por qué?
- ¿El ser diferentes será un problema? ¿Cómo así?
- A partir de lo compartido, ¿Cómo podemos prevenir el acoso escolar? ¿El Buen Trato nos podría ayudar a hacerlo?

Retroalimentación:

- A veces el acoso escolar o bullying se origina cuando identificamos una característica de nuestro compañera o compañero que es diferente y la consideramos poco valiosa o aceptable. La verdad es que, como hemos visto, todos y todas, con nuestras características y formas de ser somos valiosos y valiosas, nadie lo es en mayor o menor medida.
- Las diferencias entre todas y todos no son un problema, sino por el contrario nos aporta y enriquece. Pues cada una, cada uno brinda algo distinto al mundo, sin ir tan lejos, a nuestra clase. Esta no sería igual si alguno o alguna de ustedes no estuviese aquí.
- Es importante que valoremos a nuestros compañeras y compañeros y les tratemos con Buen Trato. Aceptándoles y reconociéndoles como son; poniéndonos en su lugar ante algún problema, dándoles la oportunidad de expresarse sin juzgarles. De esta forma, prevenimos que alguno o alguna se encuentre en una situación de acoso escolar o bullying.

4. Evaluación

Actividad 4: “Juntos contra el bullying”

A modo de evaluación, invita a las y los estudiantes a elaborar, en grupos, un cartel (en cartulina o papelógrafo) con palabras o dibujos que reflejen cómo podemos prevenir el bullying. Finalmente, podrán decorarlo según como gusten y, ubicarlo dentro o fuera del aula.



10 minutos



Anexos:

- Situaciones para analizar
- Ficha: “El poder en mis manos”
- Material informativo para docentes: “Acoso escolar o Bullying”

Situaciones de bullying

SITUACIÓN 1

Todos los días, Juan, de un grado mayor, le quita su lonchera a Mario en el recreo. A veces, Mario no le da su lonchera. Cuando esto pasa, Juan lo golpea y se lo quita de todas formas.

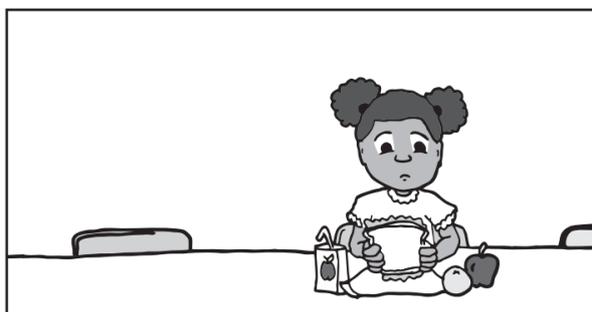


Sí es una situación de bullying porque se presentan las 3 principales características:

- Intencional: Juan le quita su lonchera a Mario e incluso lo golpea con la intención de hacerle sentir mal y lastimarlo.
- Desequilibrio de poder: Juan, al ser de un grado mayor, se encuentra en una posición de poder superior a Mario.
- Continuo en el tiempo: Juan le quita su lonchera a Mario todos los días.

SITUACIÓN 2

Hay una niña nueva en la escuela. Los chicos y chicas de su clase se burlan de ella por su cabello y su forma de hablar. Han pasado 3 meses y no se detienen.

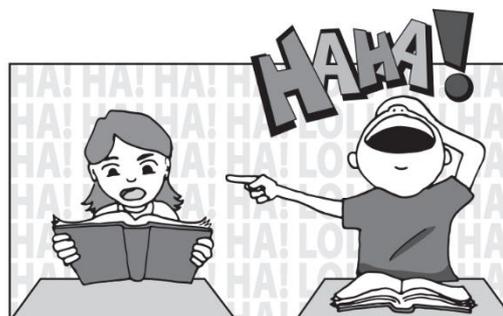


Sí es una situación de bullying porque se presentan las 3 principales características:

- Intencional: Los chicos y chicas de su clase, se burlan con la intención de hacerle sentir mal por su cabello y su forma de hablar.
- Desequilibrio de poder: Al ser una niña nueva en la escuela, que aparentemente aún no tiene amigos y amigas, se encuentra en una posición inferior que las y los chicos que se burlan de ella.
- Continuo en el tiempo: Han pasado 3 meses y no se detienen las burlas.

SITUACIÓN 3

A Julia le cuesta leer algunas palabras. Una vez, cuando leía, Lucas, quien se sienta a su costado, se ríe de ella. Julia le dijo que eso le hizo sentir triste y que no se riera. Lucas, paró de reírse y se disculpó.



No es una situación de bullying porque no se presentan las 3 principales características:

- No es Intencional: A Lucas le pareció gracioso la forma en la que Julia leyó el texto, sin embargo, no tuvo la intención de hacerle sentir mal con ello.
- Desequilibrio de poder: Aparentemente, Julia al tener problemas para leer se encuentra en una situación más vulnerable que Lucas. Sí habría un desequilibrio de poder.
- No es Continuo en el tiempo: Lucas dejó de reírse y se disculpó.

SITUACIÓN 4

Sara, le gritó a Paola porque cogió su radio sin permiso. Más tarde, Sara se disculpó por gritarle. Y Paola se disculpó por coger su radio. Acordaron que, a la próxima vez, Paola le pediría permiso.



No es una situación de bullying porque no se presentan las 3 principales características:

- No es Intencional: Paola cogió la radio de Sara porque quería escuchar música, no con la intención de hacerle sentir mal.
- No hay Desequilibrio de poder: Sara y Paola son amigas, no hay diferencia de "poder" entre ellas.
- No es Continuo en el tiempo: La situación se logró resolver pues Paola le pidió disculpas a Sara.

SITUACIÓN 5

En las redes, todos los días, chicos y chicas escriben comentarios en la foto que Marcos subió a Facebook. Le ponen cosas como: cabeza de papa, nariz de payaso, etc. Han hecho memes y stickers con su rostro. Él se siente triste.



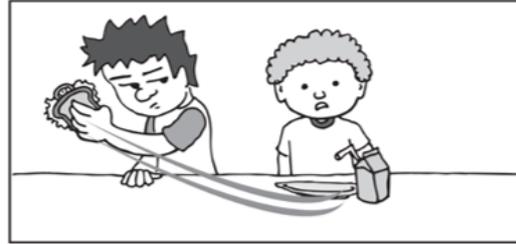
Sí es una situación de bullying porque se presentan las 3 principales características:

- Intencional: Los chicos y chicas de su clase, se burlan de su aspecto físico con la intención de hacerle sentir mal.
- Desequilibrio de poder: Chicas y chicos en grupo dejan comentarios negativos en las fotos de Marcos. Al hacerlo en grupo y a través de las redes sociales tienen mayor poder que Marcos.
- Continuo en el tiempo: Chicas y chicos llevan haciendo estos comentarios varios días de forma repetida.



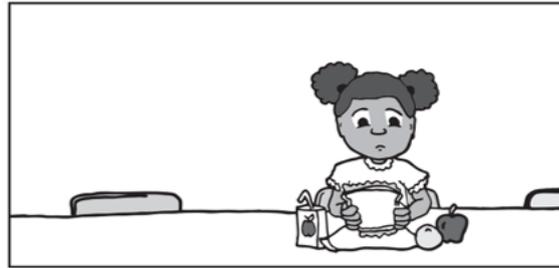
SITUACIÓN 1

Todos los días, Juan, de un grado mayor, le quita su lonchera a Mario en el recreo. A veces, Mario no le da su lonchera. Cuando esto pasa, Juan lo golpea y se lo quita de todas formas.



SITUACIÓN 2

Hay una niña nueva en la escuela. Los chicos y chicas de su clase se burlan de ella por su cabello y su forma de hablar. Han pasado 3 meses y no se detienen.



SITUACIÓN 3

A Julia le cuesta leer algunas palabras. Una vez, cuando leía, Lucas, quien se sienta a su costado, se ríe de ella. Julia le dijo que eso le hizo sentir triste y que no se riera. Lucas, paró de reírse y se disculpó.



SITUACIÓN 4

Sara, le gritó a Paola porque cogió su radio sin permiso. Más tarde, Sara se disculpó por gritarle. Y Paola se disculpó por coger su radio. Acordaron que, a la próxima vez, Paola le pediría permiso.



SITUACIÓN 5

En las redes, todos los días, chicos y chicas escriben comentarios en la foto que Marcos subió a Facebook. Le ponen cosas como: cabeza de papa, nariz de payaso, etc. Han hecho memes y stickers con su rostro. Él se siente triste.



El poder en mis manos

Ante una situación de **acoso escolar o bullying** puedo:



CONTARLE A UN FAMILIAR DE CONFIANZA SOBRE LA SITUACIÓN



APOYAR AL COMPAÑERO(A) QUE ESTÁ SIENDO AGREDIDO(A)



DECIR NO DE MANERA FIRME A LOS O LAS QUE AGREDEN



REPORTAR EL CASO EN LA PLATAFORMA WWW.SISEVE.PE



CONTARLE A UN DOCENTE, AUXILIAR, DIRECTOR U OTRO ADULTO EN QUIÉN CONFÍE DE MI ESCUELA.



(frase o slogan)

RECUERDA: TÚ TIENES EL PODER DE MARCAR LA DIFERENCIA Y DECIR NO AL BULLYING.



ACOSO ESCOLAR O BULLYING

Es un tipo de violencia que se da cuando un niño, una niña, un adolescente o un grupo de estos maltrata a otro niño, niña o adolescente con la intención de molestarle y lastimarle, en forma repetida, a través del tiempo.

PRINCIPALES CARACTERÍSTICAS

✓ Se da entre **niñas, niños y adolescentes**. En diferentes contextos presenciales y virtuales que comparten.

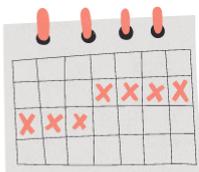
✓ Intencionalidad

El propósito u objetivo de las acciones es dañar, herir y causar sufrimiento.



✓ Continuidad en el tiempo

No se trata de episodios de violencia aislados, sino que el acoso se repite constantemente, a lo largo de un período de tiempo.



✓ Desequilibrio de poder

La persona que acosa es percibida como más fuerte (por su estatus social, popularidad, aspecto físico, sexo, etc.) y la persona acosada como más débil (tiene pocos amigos/as, se le ve más inseguro o tímido/a, etc.).



NO ES BULLYING....

- ✗ **Bromas o juegos pesados:** Una broma en sí misma no es bullying, pues a veces es compartida y no se da con la intención de herir o lastimar. Si la broma o juego no se comparte, es intencional, continua en el tiempo y se da en un contexto de desequilibrio de poder, estaremos en un caso de bullying.
- ✗ **Conflictos y desacuerdos:** Son parte de las relaciones humanas y pueden ocurrir cuando las personas tienen distintas opiniones o desean cosas diferentes. Además, son pasajeros y momentáneos. Es importante motivar la resolución de conflictos, la búsqueda de soluciones y los acuerdos.

ACTORES INVOLUCRADOS



NNA que acosa: El grupo le otorga poder. Usualmente, busca popularidad.

Testigos: Ven o conocen la situación. Guardan silencio, se oponen o denuncian.

NNA acosado/a: Visto como débil. Tiene dificultad para defenderse.

Comunidad educativa

Familia

Barrio

Estado

Medios

CÓMO HACERLE FRENTE

PREVENCIÓN

Practicando y promoviendo el Buen Trato en la comunidad educativa:

Evitando colocar etiquetas y apodosos

Enseñando a respetar y tolerar las diferencias

Promover la resolución de conflictos a través del diálogo

Promoviendo la cooperación y el compañerismo

Sensibilizando sobre el tema

Enseñando a distinguir entre el juego y la violencia

ATENCIÓN

Comprometiéndonos en la búsqueda de una solución articulada:

Indagando qué sucedió

Mostrando empatía con la(s) NNA afectados.

Recordando las normas de convivencia

Articulando con la persona adulta involucradas: docentes, directivos, familiares, etc.

Promoviendo la reflexión grupal y acciones de reparación (p.e. las disculpas)