



CURSO OnLINE:

# Plan Anti-bullying

-----

Herramientas prácticas para superar el bullying  
y potenciar el buen trato en nuestras escuelas

**Daniel Gabarró**

# 3. Batería de acciones de prevención

Después de observar las situaciones de riesgo en el entorno escolar y definir el concepto de maltrato, es el momento de ofrecer herramientas a nuestro alumnado para evitarlo.

## 3.1 Acciones para llevar a cabo dentro del aula

Los niños y niñas deben saber que todos son responsables del buen clima y de la armonía dentro del aula, ingredientes clave para alejar el maltrato. Por lo tanto, todos y todas deben trabajar para aprender a ser felices conjuntamente.

Teniendo en cuenta esta idea, os proponemos:

### 3.1.1 Definir e impulsar un proyecto de buen trato<sup>1</sup>

Creemos que este ejercicio es fundamental. Por ello, os animamos a tomarlo como modelo orientativo y aplicarlo en el aula según las necesidades de vuestro alumnado.

Este proyecto se puede dividir en tres actividades, realizadas en un mismo día o en tres sesiones. Si optáis por la segunda opción, os aconsejamos no alargar el plazo entre sesión y sesión.

#### 3.1.1.1 *Actividad/ Sesión 1*

Para empezar, debemos preguntar a los niños/as qué comportamientos, por parte de otros compañeros/as, no les gustaría recibir. Cuando lo tengan decidido, lo escribirán en tarjetas y las colgarán en una pizarra para que todos/as puedan leer las aportaciones de los demás.

Podéis decidir si preferís dar ejemplos de conductas para que sirvan de modelo, o si dais tiempo a los niños/as para que piensen por sí mismos varios tipos de acoso.

---

<sup>1</sup> PIÑUEL, I.; CORTIJO, O. (2016): Cómo prevenir el acoso escolar. La implantación de protocolos anti-bullying en los centros escolares: una visión práctica y aplicada; Madrid; CEU.

Aquí tenéis algunos ejemplos:

- Que hablen mal de mi familia
- Que no me dejen jugar a la hora del patio
- Que me llamen por un apodo
- Que me engañen
- Que me ignoren
- Que se haga un comentario grosero sobre mí
- Que me peguen
- Que me rompan las cosas

Una vez que estén todas las tarjetas en la pizarra, las ordenaremos por categorías. Es decir, formaremos varios grupos como, por ejemplo: tarjetas relacionadas con el bloqueo; con la coacción; con la exclusión; con la intimidación; con la agresión física; con amenazas...

Es importante que el título de cada grupo o categoría surja del propio alumnado. Nosotros les podemos guiar y ayudar en la agrupación, pero ellos deberían poder explicarlo con sus propias palabras. De esta manera, el alumnado comprende con mucha más profundidad el tema y lo integra como propio.

A continuación, les daremos tres pegatinas a cada uno (en el caso de los más pequeños, pueden ser adhesivos; con los más mayores, pueden ser iconos de Facebook con el pulgar hacia arriba o hacia abajo) que deberán colocarse en aquellas categorías que les parezcan más importantes o frecuentes en su aula. Pueden poner las tres pegatinas en un mismo tema; dos en una y la tercera en otra...

Recordemos que cada clase es diferente y, por lo tanto, un tema que podría ser relevante para un grupo, no lo es para otro, y aquí radica el éxito de la prevención eficaz: **adaptarse a las necesidades del alumnado.**

Finalmente, se hace una puesta en común para visualizar aquellos temas que los alumnos creen que son más prioritarios de atender, porque forman parte de su realidad diaria.

### **3.1.1.2 Actividad / Sesión 2**

Después de hacer la primera parte, se continúa profundizando en las conductas de maltrato, pero no asumiéndolas como algo que se debe castigar, sino como aprendizajes.

En la escuela, todos y todas, desde los más pequeños a los más mayores, van a aprender. En el aula, lo que buscamos es enseñar a los niños a relacionarse positivamente. Esto nos sitúa en un espacio donde todos y todas aprendemos más allá del conflicto.

Por eso, en lugar de pensar qué castigo es el más adecuado, debemos preguntarnos: ¿qué podríamos hacer para que esto no sucediera? ¿Qué acciones podríamos hacer entre todos y todas para que las conductas que no nos gustan desaparecieran?

A partir de estas preguntas, el alumnado escribirá sus contrapropuestas positivas en diferentes tarjetas que, posteriormente, se engancharan a modo de recordatorio. En este punto, recomendamos dar cinco tarjetas de colores diferentes, para cada uno de los agentes implicados:

- **Tarjeta azul:** ideas para ayudar al acosador/a
- **Tarjeta verde:** ideas para ayudar a la víctima
- **Tarjeta amarilla:** ideas para ayudar a los compañeros/as de clase.
- **Tarjeta morada:** ideas para ayudar a los adultos de la escuela
- **Tarjeta rosa:** ideas para ayudar a las familias

Una vez hecho, se vuelve a colgar en la pizarra para que la reflexión sea compartida y lleguemos a unos acuerdos consensuados.

### **3.1.1.3 Actividad/ Sesión 3**

Por último, os animamos a fomentar una actitud empática entre vuestro alumnado. La empatía es fundamental para prevenir situaciones de maltrato, ya que la persona entiende que el dolor ajeno también es su propio dolor.

Para ello, podéis coger las tarjetas azules (propuestas para ayudar al acosador/a) y preguntar a los niños qué consecuencias podrían tener estas personas si no se comportan correctamente. Pueden ser del tipo: si alguien tiene esta conducta, ¿qué le pasaría? ¿Qué consecuencias podría tener? ¿Qué podríamos hacer para que rectificase y comprendiese que debe cambiar de conducta?

Subrayamos que no estamos buscando castigos, sino aprendizajes. Los errores existirán, pero éstos deben convertirse en trampolines que nos ayuden a crecer.

De esta manera, se habrá establecido un contrato dentro del aula, que puede traducirse en algo que esté bien presente en la conciencia colectiva como un cartel en el aula, o un vídeo, etc.