

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ

Colegio de Ciencias Sociales y Humanidades

**Diseño de Contenido Interactivo de Intervención Para Profesionales
de la Educación Frente al Acoso Escolar Entre Jóvenes de 12 a 18
Años**

Mishell Alexandra Romero Valle

Psicología

Trabajo de fin de carrera presentado como requisito para la obtención del título de
Licenciada en Psicología

Quito, 20 de mayo de 2021

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ

Colegio de Ciencias Sociales y Humanidades

HOJA DE CALIFICACIÓN

DE TRABAJO DE FIN DE CARRERA

**Diseño de Contenido Interactivo de Intervención Para Profesionales
de la Educación Frente al Acoso Escolar Entre Jóvenes de 12 a 18
Años**

Mishell Alexandra Romero Valle

Nombre del profesor, Título académico

María Gabriela Romo Barriga, PhD

Quito, 20 de mayo de 2021

© DERECHOS DE AUTOR

Por medio del presente documento certifico que he leído todas las Políticas y Manuales de la Universidad San Francisco de Quito USFQ, incluyendo la Política de Propiedad Intelectual USFQ, y estoy de acuerdo con su contenido, por lo que los derechos de propiedad intelectual del presente trabajo quedan sujetos a lo dispuesto en esas Políticas.

Asimismo, autorizo a la USFQ para que realice la digitalización y publicación de este trabajo en el repositorio virtual, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Nombres y apellidos: Mishell Alexandra Romero Valle

Código: 00214962

Cédula de identidad: 1726881509

Lugar y fecha: Quito, 20 de mayo de 2021

ACLARACIÓN PARA PUBLICACIÓN

Nota: El presente trabajo, en su totalidad o cualquiera de sus partes, no debe ser considerado como una publicación, incluso a pesar de estar disponible sin restricciones a través de un repositorio institucional. Esta declaración se alinea con las prácticas y recomendaciones presentadas por el Committee on Publication Ethics COPE descritas por Barbour et al. (2017) Discussion document on best practice for issues around theses publishing, disponible en <http://bit.ly/COPETHeses>.

UNPUBLISHED DOCUMENT

Note: The following capstone project is available through Universidad San Francisco de Quito USFQ institutional repository. Nonetheless, this project – in whole or in part – should not be considered a publication. This statement follows the recommendations presented by the Committee on Publications Ethics COPE described by Barbour et al. (2017) Discussion document on best practice for issues around theses publishing available on <http://bit.ly/COPETHeses>.

RESUMEN

El acoso escolar es un problema que se visualiza en la sociedad actual y ha trascendido de tal manera que en la actualidad tenemos diversos tipos de acoso escolar que no discrimina género, condición social, raza, situación económica, autoimagen, condiciones físicas. En base a la investigación realizada se detectó que el problema es la falta de conocimiento acerca del acoso escolar y la poca comunicación entre miembros de la comunidad educativa. Por tal razón la Universidad San Francisco de Quito en conjunto con IDEA ha decidido llevar a cabo un programa de psicoeducación enfocada a profesores de secundaria para que tengan herramientas que puedan brindar a sus estudiantes de 12 a 18 años y a padres de familia con respecto al acoso escolar. Dicho programa se enfoca principalmente en realizar módulos con material didáctico e interactivo que genere iniciativa de aprender sobre el acoso escolar permitiendo que se desarrolle un mejor ambiente social, de aprendizaje, familiar que brinde un bienestar común en los planteles educativos.

Palabras clave: acoso escolar, psicoeducación, estudiantes, docentes

ABSTRACT

Bullying is a problem that is visualized in today's society. Although this transcended in such a way that we currently have various types of bullying that does not discriminate against gender, social status, race, economic status, self-image, physical conditions, etc. Based on the research conducted, it was found that the problem is the lack of knowledge about bullying and poor communication between members of the educational community. For this reason the Universidad San Francisco de Quito in conjunction with IDEA has decided to carry out a psychoeducation program focused on high school teachers so that they have tools that they can provide to their students from 12 to 18 years old and parents regarding bullying, this program focuses mainly on conducting workshops with didactic and interactive material that generates initiative to learn about bullying allowing the development of a better social, learning and family environment that provides a common welfare in schools.

Keywords: bullying, psychoeducation, students, teachers

TABLA DE CONTENIDO

Capítulo 1: Acoso Escolar.....	11
¿Qué es el Acoso Escolar?	11
Tipos de Acoso Escolar.....	12
Acoso Físico	13
Acoso Verbal	13
Acoso Relacional	13
Ciberacoso	14
Diferencias de Género y Orientación Sexual en el Acoso Escolar.....	14
Perspectivas Teóricas.....	16
Psicología Social del Acoso Escolar.....	16
Neuropsicología del acoso escolar.....	18
Cifras de Acoso Escolar en el Mundo y en Ecuador	20
Conductas de las Víctimas y Agresores.....	22
De las Víctimas.....	22
De los Agresores.....	24
Causas	26
Consecuencias	28
Consecuencias en la Familia	28
Consecuencias en el Ámbito Educativo.....	29
Para las Víctimas	29
Para los Agresores.....	30
Protocolos de prevención, detección y acción del acoso escolar.	31
Prevención.....	31
Detección.....	33
Acción	36
Capítulo 2: Dinámica de la Organización.....	42
Historia.....	42
Misión	42
Visión.....	43
¿Cómo funciona?.....	43

Capítulo 3: Desafío	44
Descripción de Desafíos.....	47
Primer Desafío: el Escaso Conocimiento y la Percepción Sobre el Acoso Escolar de los Profesionales de la Educación	47
Segundo Desafío: el Escaso Conocimiento y la Percepción Sobre el Acoso Escolar de los Estudiantes de Secundaria	50
Tercer Desafío: Falta de Comunicación Entre Estudiantes y Adultos.....	54
Cuarto desafío: escaso control en el uso de redes sociales e internet	56
Capítulo 4: Propuesta.....	58
Descripción del Contenido “Digamos NO al Acoso Escolar”	58
Primer Módulo: ¿Qué Necesitas Saber del Acoso Escolar?.....	58
Segundo Módulo: ¿Cómo Hablar de Acoso Escolar con tus Estudiantes?	59
Tercer Módulo: La Comunicación Importa.....	59
Cuarto Módulo: ¿Qué Sucede en las Redes Sociales?.....	60
Conclusiones	61
Referencias	62

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Ítems de evaluación de la encuesta para profesores.....	44
Tabla 2. Ítems de evaluación de la encuesta para estudiantes.....	46

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 - Resultados de encuesta en Qualtrics para docentes con respecto a protocolos de detección de acoso escolar entre estudiantes de 12 a 18 años de edad.....	49
Figura 2 - Resultados de encuesta en Qualtrics para docentes con respecto al conocimiento de conceptos sobre el acoso escolar entre estudiantes de 12 a 18 años de edad.....	49
Figura 3 - Resultados de encuesta en Qualtrics para estudiantes con respecto a la presencia de acoso escolar entre los 12 a 18 años de edad	51
Figura 4 - Resultados de encuesta en Qualtrics para estudiantes con respecto a la realización de actividades de intervención de acoso escolar entre los 12 a 18 años de edad.....	51
Figura 5 - Resultados de encuesta en Qualtrics para estudiantes con respecto a acciones observadas en el acoso escolar entre los 12 a 18 años de edad.....	52
Figura 6 - Resultados de encuesta en Qualtrics para estudiantes con respecto a víctimas de acoso escolar entre los 12 a 18 años de edad	53
Figura 7 - Resultados de encuesta en Qualtrics para estudiantes con respecto a la disposición en participar en programas de prevención de acoso escolar entre los 12 a 18 años de edad..	53
Figura 8 - Resultados de encuesta en Qualtrics para estudiantes con respecto a la presencia de acoso escolar entre los 12 a 18 años de edad	54
Figura 9 - Resultados de encuesta en Qualtrics para docentes con respecto a la frecuencia de acoso escolar entre estudiantes de 12 a 18 años de edad	55
Figura 10 - Resultados de encuesta en Qualtrics para docentes con respecto a conductas en el acoso escolar entre estudiantes de 12 a 18 años de edad	55
Figura 11 - Resultados de encuesta en Qualtrics para estudiantes con respecto a las consecuencias del ciberacoso entre los 12 a 18 años de edad.....	56
Figura 12 - Resultados de encuesta en Qualtrics para estudiantes con respecto al ciberacoso entre los 12 a 18 años de edad	57

Capítulo 1: Acoso Escolar

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2003) ha definido a la violencia como el empleo premeditado de la fuerza física, amenazas contra terceros, a uno mismo o incluso a un grupo o comunidad que tiene como resultado daños psicológicos, problemas de desarrollo, traumatismo o incluso la muerte. Se identificó tres tipos de violencia: violencia interpersonal, la cual sucede entre parejas, familiares y comunidad; violencia colectiva, que se desarrolla en ambientes sociales económicos y políticos; y la violencia autoinfligida, que se evidencia en las autolesiones y comportamientos suicidas (OMS, 2003). De tal manera, la violencia puede estar relacionada con hechos no intencionales o premeditados que no necesariamente ocasionan daño físico, sino también que pueden estar reflejados en el comportamiento de la víctima, en sus cogniciones y maneras de actuar. En el caso del acoso escolar, se aplica la violencia interpersonal entre pares, por lo que es importante tener en cuenta el concepto de tal acto (Enriquez y Garzon, 2015).

¿Qué es el Acoso Escolar?

El término “bullying” hace referencia al acoso escolar (Pedreira et al., 2011) y Dan Olweus (1993) lo define como una exposición repetida y prolongada de un alumno a acciones negativas por parte de otro u otros compañeros. Sin embargo, a lo largo de su investigación, Olweus adaptó dicho concepto y propuso que el acoso escolar es una acción de carácter negativo que infringe incomodidad intencionalmente; además, este puede ser: físico, verbal u otro medio. Cabe mencionar que el autor afirma que el comportamiento viene en conjunto con un desbalance de poder pues el estudiante que está siendo atacado no posee las herramientas necesarias para poder defenderse del agresor. Finalmente, Olweus asegura que el acoso escolar se caracteriza por

ser un conjunto de comportamientos agresivos o con "daño" intencionado, los cuales se llevan a cabo repetidamente y se caracterizan por un desequilibrio de poder.

Es importante mencionar que en Volk y sus colaboradores (2014) redefinieron dicho concepto ampliándolo de la siguiente manera: “un comportamiento agresivo dirigido a un objetivo que daña a otro individuo en el contexto de un desequilibrio de poder” (p. 328). Dichos autores establecieron un concepto basándose en evidencia empírica y aspectos como: orientación hacia el objetivo, desequilibrio de poder y daño causado. Se pretende que esta definición sea aplicable tanto a niños como a adultos.

Urra (2017) define al acoso escolar como un conjunto de acciones intencionales de carácter físico y/o psicológico hacia un estudiante ya sea dentro o fuera del aula, acciones que tienen como finalidad hacer daño al educando. Se incluyen factores como indefensión por parte de la víctima y el desequilibrio de poder que existe en la relación (Smith, 2016). Cabe destacar que no existe una definición universal de acoso escolar debido a que este depende de factores culturales (Allanson et al., 2015); sin embargo las definiciones anteriormente mencionadas son validadas empíricamente.

Tipos de Acoso Escolar

Existen algunos tipos de acoso escolar que son utilizados por los acosadores para perturbar y manipular a las víctimas. La Organización para la Cooperación Económica y el Desarrollo (OECD) es una entidad sin fines de lucro que se preocupa por el bienestar estudiantil a través de su Programa para la Evaluación Internacional de Alumnos (PISA). Esta prueba no solo examina el nivel de conocimiento de los alumnos sino que también explora un conjunto de indicadores del bienestar estudiantil tanto positivos (interés, motivación, compromiso) como

negativos (ansiedad, depresión, acoso escolar). En un informe realizado por la OECD (2017) explicaron que el acoso puede tomar 4 formas distintas: acoso físico que incluye patadas, puñetes y golpes; el verbal que está relacionado con insultos, apodos y burlas; el relacional que se refiere a la exclusión social, en donde las víctimas no son tomadas en cuenta por sus compañeros, son excluidos de los juegos y otras formas de humillación; y el ciberacoso que incluye mensajes de texto, chats y otras conversaciones desagradables.

Acoso Físico

Ocurre en aquellas situaciones en las cuales la víctima recibe agresiones físicas de forma reiterada. Por ejemplo: golpes, tirarle del cabello, escupir, arañar, morder, rodear a la víctima, encerrarla en algún lugar, perseguirla, quitarle sus pertenencias o cualquier otro tipo de ataque físico. En este caso, la víctima suele mostrarse sumisa e indefensa ante la presencia del agresor (Enriquez, 2015).

Acoso Verbal

Generalmente suele acompañar a las agresiones físicas. Los casos más comunes de acoso verbal es poner sobrenombres e insultos; pero también incluyen amenazas, comentarios soeces, lenguaje sexualmente ofensivo, rumores, comentarios mal intencionados, burlas, críticas racistas, entre otros. Así también Enriquez (2015), menciona que las agresiones verbales son la manera más rápida en la que el agresor desestabiliza a la víctima y puede ejercer control sobre ella.

Acoso Relacional

Se define como la manipulación y daño intencional entre compañeros que da como resultado una exclusión social (Bell y Willis, 2016). El acoso relacional es un tipo de acoso

indirecto que da paso al aislamiento de la víctima mediante la divulgación de chismes malintencionados.

Ciberacoso

El auge de la tecnología y redes sociales ha dado paso a una nueva forma de agresión. El acoso cibernético se caracteriza por atacar a los alumnos a través de la tecnología, específicamente redes sociales, mensajes y correos electrónicos. A diferencia del acoso tradicional, en donde el hogar es el refugio de las personas, las víctimas de ciberacoso son agredidas en cualquier momento y lugar por lo cual encontrar refugio es bastante difícil (OECD, 2017). Según Rivara y Le Menestrel (2016). explican que el acoso cibernético puede dar paso a que los estudiantes con “poco” poder puedan convertirse en acosadores e intimidar a los educandos que se consideran populares y poderosos.

Diferencias de Género y Orientación Sexual en el Acoso Escolar

Como se mencionó anteriormente sobre el ciberacoso, la violencia en niños y jóvenes ya no se centra únicamente en los planteles educativos, sino que se amplía fuera del espacio físico y afecta tanto a niñas como a niños (Fondo Internacional de Emergencia de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF], 2017). En 2019, la Organización de Naciones Unidas para la educación, ciencia y cultura (UNESCO) presentó un informe titulado “Detrás de los números: Poner fin a la violencia y el acoso escolar” en donde explica que la violencia en las escuelas no distingue el género, pues tiene una prevalencia del 30.4% en niñas y del 34.8% en niños de 13 a 15 años. De la misma manera la Encuesta mundial de salud estudiantil basada en escuelas (HBSC por sus siglas en inglés) es una red de investigadores que en colaboración con la

UNESCO mostraron que el acoso escolar en niñas tiene una prevalencia del 28.2% mientras que en niños es del 30.5% (UNESCO, 2019).

Es importante mencionar que los hombres son más probables a ser víctimas de violencia física, mientras que las mujeres de acoso psicológico (UNICEF, 2017). La Encuesta global de salud estudiantil basada en la escuela (GSHS) ayuda a evaluar y medir los factores de riesgo y salud de los estudiantes entre 13 y 17 años (Centers for Disease Control and Prevention, 2018). En este sentido, la GSHS muestra que el 21.5% de los varones han recibido algún tipo de acoso físico a comparación del 10.1% de las niñas (UNESCO, 2019). De la misma manera, Risset (2016) en su investigación demuestra que los actos más comunes de violencia entre varones son los golpes, sobrenombres, empujones, robos, burlas sexuales y físicas.

Por otra parte, el informe de la UNESCO (2019) refleja que a nivel mundial las niñas tienen 6.1% de probabilidad de sufrir acoso psicológico por su apariencia física, a comparación del 4.7% de los niños. En esta línea, las niñas manifiestan que se burlan de ellas por el aspecto de su cuerpo o rostro. Cabe resaltar que en el estudio llevado a cabo por Velasco, et al. (2015) explica que las formas más comunes de violencia entre niñas son hostigamientos indirectos, tales como: rumores, difamación, humillación, cuentos, exclusión y aislamiento.

Una de las explicaciones para que se de el acoso escolar en hombres y mujeres, está ligado a las conductas que deben tener los estudiantes y que son determinadas por los roles y estereotipos de género. Por tal motivo, se espera que los jóvenes se comporten de cierta manera para que se pueda satisfacer con las exigencias de la sociedad sobre lo que es masculinidad y feminidad. Por tanto, no cumplir con estas expectativas puede conllevar a un rechazo por parte de los pares (Velasco et al., 2015). Entre el 15% y 48% de estudiantes que pertenecen al grupo lesbiana, gay, bisexual, transgenero y queer (LGBTQ+) han sido victimas de acoso escolar

(UNESCO, 2019). Así también una investigación realizada por Rivera y Arias (2020) informan que los estudiantes LGBTQ+ mostraron sentimientos de inseguridad en los planteles educativos debido a su orientación sexual. Entre los tipos de agresión más comunes para este grupo están: agresiones físicas, y comentarios homofóbicos por parte de sus compañeros y profesores.

Finalmente, en lo que se refiere a acoso cibernético las niñas son alrededor de un 11.7% más propensas a vivir la experiencia del acoso cibernético (UNESCO, 2019). Según Herrera (2018) este tipo de violencia frecuentemente se da a través de mensajes con amenazas, insultos, publicación de fotos sin consentimiento del estudiante, suplantación de identidad, agresiones verbales a través de medios electrónicos, revelación de información confidencial y exclusión de la comunicación.

Perspectivas Teóricas

Psicología Social del Acoso Escolar

Es importante considerar los aspectos sociales y ecológicos que conllevarían a la aparición de casos de acoso escolar. Por ello, se analizará a continuación la influencia de las familias, los pares, profesionales involucrados y la cultura en la que se desenvuelven.

Existen ciertos factores que al estar presentes en las familias podrían afectar a los jóvenes estudiantes, como la participación de esta en pandillas, entorno negativo, conflicto entre los padres, violencia doméstica, poca o nula supervisión de los menores, falta de comunicación y de apoyo emocional, y abuso; por otra parte, la influencia familiar acerca de la victimización se considera más esquiva, pero también incluyen el abuso, negligencia y sobreprotección de los padres (Swearer y Hymel, 2015).

En muchas ocasiones, los niveles de victimización y acoso están relacionados con las respuestas inadecuadas de los maestros, malas relaciones entre profesores y educandos, falta de participación del docente en las actividades escolares y la falta de apoyo. Por otra parte, es menos probable que los estudiantes denuncien el acoso si consideran el ambiente escolar como algo negativo. El rol de los maestros es muy importante debido a que son figuras de autoridad en el aula, por ende, ejercen influencia directa sobre el grado en que se imponen o inhiben los diferentes comportamientos. Por ejemplo, un maestro estricto proporciona a los niños información que es consistentemente diferente de la información que brinda un profesor más indulgente, y este factor puede moldear las estrategias de comportamiento de los estudiantes en clase (Swearer y Hymel, 2015).

Finalmente, los pares que no intervienen de manera directa en el acoso son considerados observadores; y desafortunadamente, estos van tomando una actitud más pasiva con la edad, por lo que es poco probable que defiendan a un compañero que esté siendo acosado (Swearer y Hymel, 2015). La teoría de la identidad social de Tajfel podría evidenciar la razón por la que se da el acoso escolar entre un grupo de compañeros. En esta teoría se propone que actitudes, percepciones y comportamientos de los individuos hacia los miembros que se encuentren dentro y fuera del grupo se forman a partir de su deseo de pertenecer e identificarse a un grupo considerado como superior a otros grupos, con el objetivo de mejorar su propia autoestima (Treppe y Loy, 2017). Para que se determine el valor de los grupos internos y externos, los individuos se tienen que categorizar constantemente, evalúan los grupos internos y externos y comparan su valor; la consecuencia se da en que los individuos comienzan a mostrar actitudes y comportamientos de favoritismo hacia otros miembros del grupo (Treppe y Loy, 2017). Por otro lado, los individuos que no pertenecen al grupo se perciben como diferentes de los miembros del

grupo y se los cree con cualidades poco favorables y por esta razón pueden llegar a ser discriminados (Trepte y Loy, 2017).

Neuropsicología del acoso escolar

La neuropsicología del desarrollo tiene como objetivo analizar la función principal del sistema nervioso y la relación entre un cerebro en desarrollo y la conducta del individuo, durante sus etapas de niñez y adolescencia (Highland et al., 2015). Las características neuropsicológicas observadas en jóvenes que han estado involucrados en acoso escolar, serán posibles desencadenantes de psicopatologías en su adultez (Bonilla et al., 2016).

Es prioridad el tomar en cuenta la edad de los involucrados en el caso, ya que durante los primeros diez años hasta llegar a la pubertad, muchas zonas cerebrales sufren diversos cambios, este fenómeno es observado principalmente en el axón neuronal, pero durante la adolescencia serán otras zonas que continuarán con su desarrollo, como por ejemplo en la corteza prefrontal (Oliva, 2012). Otro factor a considerar es el género, los agresores del sexo masculino utilizan la violencia física y en grupos, mientras que el sexo femenino aplica de manera individual la intimidación y presión psicológica, emocional y afectiva (Bonilla et al., 2016).

En las Víctimas. Los estados de ánimo negativos, como la ansiedad y depresión, se relacionan de manera significativa con el rol de víctima en el acoso escolar (Linero, 2019). La ansiedad patológica surge como mecanismo de hiperprotección del sistema límbico, zona del cerebro que se encarga de la percepción automática, constante e inconsciente de la realidad, la cual frente a situaciones de peligro responde al estado de “emergencia fisiológica” (Luengo, 2015). Este estado conlleva a respuestas bajo un mecanismo de acción directa, alterando el funcionamiento del cerebro o incrementando la hormona cortisol en el torrente sanguíneo; o indirecta, generando distorsión cognitiva (Fernández, 2016).

La victimización genera desajustes neuroquímicos relacionados a los procesos de consolidación del aprendizaje, que bajo una vulnerabilidad cognitiva y emocional, desarrolla estrés crónico, alteración en la percepción de sí mismos y en su cognición social (Bonilla et al., 2016), esta última provoca dificultad en la capacidad de comprender las interacciones sociales con el resto (Línero, 2019). Debido a tales afecciones, se ha observado disminución en el nivel de energía de las víctimas de acoso escolar, lo cual les provoca dificultades en la resolución efectiva de tareas y actividades del día a día (Highland et al., 2015).

Previamente se detalló los tipos de acoso escolar, los cuales pueden afectar de manera física o psicológica, pero sin importar la dinámica, provocan el mismo dolor; por ejemplo, en el dolor social, el cual se puede experimentar en una situación de rechazo por parte de los pares, se observa una activación en zonas cerebrales relacionadas a emociones negativas que generalmente se activan cuando el individuo está expuesto al dolor físico (Sandoval et al., 2020). Esto se ha confirmado a través de estudios con uso de neuroimagen, los cuales demostraron que tanto el dolor físico como el dolor emocional se manifiestan con mecanismos neuronales parecidos (Fernández, 2016).

En los Agresores. Las conductas observadas en el acoso escolar por parte de los victimarios se encuentran mayormente asociadas con trastornos de la personalidad, de ansiedad, conducta, déficit de atención, opositor desafiante, depresivo y con alteraciones en las funciones ejecutivas, lo que evidencia que la frecuencia de actos violentos se da a partir de una vulnerabilidad neurobiológica subyacente en el acosador (García et al., 2015; Fernández, 2016). Así mismo, se ha identificado que las conductas antisociales están relacionadas con una incapacidad regulatoria de estructuras subcorticales por parte del lóbulo frontal y fallos en la

actividad de la corteza prefrontal dorsolateral, zonas que al ser afectadas deterioran a las funciones ejecutivas del individuo (Lineró, 2019).

Durante el desarrollo, los niños y jóvenes tienen la necesidad de aprender a controlar su ansiedad, miedos, impulsividad y agresión, y las habilidades requeridas para manejar todo ello las empiezan a desarrollar a partir de la primera infancia y continúa a lo largo de la niñez y adolescencia (Rivera, 2018). Se ha determinado que los jóvenes agresores presentan altos grados de impulsividad, incapacidad de autocontrol y acatar órdenes, son extrovertidos, hiperactivos, poseen baja tolerancia a situaciones que causan frustración y un exagerado sentimiento de autosuficiencia (Bonilla et al., 2016).

En una investigación con enfoque neuropsicológico donde la población estudiada fueron adolescentes que tenían conflictos con la ley, la mayoría de los participantes demostraron un desempeño cognitivo normal-normal alto. Concluyendo así que la disfunción ejecutiva de estos adolescentes se debería más bien a factores ambientales que han influido desde su niñez, como formar parte de una familia disfuncional; tales factores afectarían el desarrollo de habilidades necesarias para regular emociones e interactuar con el entorno, y no necesariamente a procesos cognitivos superiores (García et al., 2015). Finalmente, este mismo estudio demostró que para un hombre, el riesgo de padecer ansiedad en la adultez puede ser mayor si este fue maltratado o intimidado en su niñez y adolescencia; si fue agresor presenta mayor riesgo de desarrollar trastornos de la personalidad; y quienes fueron agresores y al mismo tiempo víctimas, son más vulnerables de ambos trastornos (García et al., 2015).

Cifras de Acoso Escolar en el Mundo y en Ecuador

En el mundo se conoce que los responsables de crear políticas públicas en los ministerios están cada vez más comprometidos por disminuir las cifras del acoso escolar. Según la UNESCO

(2019) alrededor del 32% de niños en el mundo están en riesgo de ser víctimas de acoso escolar. Debido a lo trascendental que se ha vuelto este tema se han realizado estudios para conocer un poco de la realidad que sucede en las escuelas. En este sentido, una investigación realizada por la OECD en 2017 revela que alrededor del 4% de los estudiantes golpearon o empujaron a otro compañero varias veces en un mes. Al menos el 11% de los estudiantes mencionaron que se burlan de otros alumnos durante el mes. Por otra parte, las niñas son menos propensas a recibir agresiones físicas; sin embargo, es más probable que se conviertan en blanco de rumores incómodos y ofensivos. Finalmente, los estudiantes provenientes de otros países en general se convierten en víctimas de toda clase de acoso escolar (OECD, 2017).

Así también la OECD en su informe de bienestar de los estudiantes realizado por medio de PISA, indica que los países con mayores porcentajes de acoso escolar son Nueva Zelanda con el 18.3% seguido de Letonia con el 17.5% y Singapur con el 14.5%. En cuanto al continente americano los países con altos niveles de acoso escolar son República Dominicana con el 12.2% México con el 10.1% y Estados Unidos con el 10% (OECD, 2017).

Por otra parte, Ecuador, no está tan alejado de la realidad presentada en otros países sobre el acoso escolar. Un estudio realizado por el Ministerio de Educación en coordinación con UNICEF revela que 1 de cada 5 educandos ha sido víctima de acoso escolar (UNICEF, 2017). De la misma manera, a nivel nacional, el acoso escolar afecta a jóvenes entre 11 y 18 años, según las cifras recabadas por estas entidades, expresan que el 23% de estudiantes han sido víctimas de algún tipo de acoso. Finalmente, la región con mayores porcentajes es la Amazonía con 27% seguido de la Costa con 26% y la Sierra con un 20% (UNICEF, 2017).

En cuanto a la situación de violencia escolar, el informe presentado por las autoridades refleja que a nivel nacional aproximadamente el 60% de estudiantes entre 11 y 18 años ha sido

víctima de un hecho violento (UNICEF, 2017). En cuanto a regiones, la Amazonía registra el 64% de violencia escolar mientras que la Costa posee el 61% y la Sierra el 56%. En general, no existe una diferencia significativa entre unidades educativas privadas y públicas, ni diferencias destacables de edad, género o diferencia entre las zonas rurales y urbanas (UNICEF, 2017).

De la misma manera, el estudio revela que las formas más frecuentes de acoso entre estudiantes son de índole verbal y psicológico (UNICEF, 2017). En este sentido, se registra que el 38% han sido víctimas de apodosos o insultos mientras que el 28% han sido perjudicados con rumores o revelación de secretos. Así también, 3 de cada 10 estudiantes (27%) ha sido víctima del robo de sus pertenencias; y finalmente, 1 de cada 10 educandos ha sido agredido por medios electrónicos (UNICEF, 2017).

En Ecuador, el acoso escolar con mayor frecuencia es detectado en las aulas, seguido de los patios, las canchas y los exteriores de los planteles educativos; es importante mencionar que los actos violentos son observados por otros estudiantes que cumplen un rol de acosadores pasivos y por defensores de las víctimas, y que el 10% de los docentes han cumplido un rol de acosadores mediante insultos y golpes (UNICEF, 2017).

Conductas de las Víctimas y Agresores

De las Víctimas

En el día a día se puede observar que la temática del acoso escolar esta presente en la mayoría de centros educativos sin diferenciación de estrato o nivel socio económico, los cuales dificultan mayormente los procesos de enseñanza y aprendizaje; atacando directamente el desarrollo del ser humano como tal (Garaigordobil et al, 2015). Las víctimas de acoso escolar son jóvenes que no tienen claro por qué son objeto de humillaciones y malos tratos por parte de

pares, estas son las que se ven perjudicadas a nivel psicológico, mostrándose vulnerables a la sociedad y en el entorno que se desenvuelven, al igual que generan una inestabilidad sintiéndose menospreciadas y con una autoestima muy bajo lo que tiene de consecuencia problemas a la hora de aprender (Garaigordobil et al., 2015).

Los agresores son los encargados de generar una huella en las víctimas de acoso escolar que puede perdurar en el tiempo ya que el daño psicológico que reciben es causante de muchos sentimientos y emociones negativas que tienen que afrontar en su vida diaria (Echeverri y Vargas, 2018). La mayoría de personas que experimentan maltrato psicológico, físico o verbal sienten que son incapaces de salir de la situación de acoso; además, con el pasar del tiempo es normal que muestren muchas condiciones de debilidad, miedo, baja autoestima, ansiedad que puede ir incrementándose dependiendo de la situación que experimente la víctima y un liderazgo pasivo (Echeverri y Vargas, 2018).

De vez en cuando, estas llegan a aceptar las condiciones de las acusaciones o los tratos que recibe, pensando que es mal estudiante, mala persona o incapaz de poder valerse por sí sola; todo ello se debe a la ansiedad y la poca autoestima que llegan a tener, esto genera que se vuelvan más tímidos lo que da como consecuencia que se reduzca aún más su entorno social (Narezo et al., 2020). El acoso escolar da como resultado fuertes secuelas físicas y emocionales a corto, mediano y largo plazo. Las víctimas llegan a sentir inseguridad, experimentar síntomas físicos debido a los altos niveles de ansiedad, comienzan a destruir poco a poco su autoestima y la confianza que depositaban en sí mismos empieza a desaparecer; pudiendo inclusive desarrollar estados depresivos y ansiedades muy altas (Narezo et al., 2020).

Muchos jóvenes intentan evadir el contacto social porque desarrollan desconfianza hacia cualquier persona que se les acerque; aunque todo ello dependerá principalmente del tipo de

acoso que han experimentado y la duración del mismo (del Río et al., 2014). Por otro lado, los comportamientos que existen entre los agresores y las víctimas generan ciertas emociones y sentimientos que evidentemente son negativos para las mismas. Muchas investigaciones realizadas por McLoughlin y otros autores (2013), exponen que las emociones y sentimientos que tienen frecuentemente las víctimas de acoso escolar son: enojo, molestia, inseguridad y decepción; muchas veces la decepción se genera cuando ellos no se sienten capaces de confrontar a los agresores y poner un alto a la situación (Arándiga, 2016).

Las afirmaciones anteriores sugieren que intervenir en el acoso puede ayudar a marcar la diferencia en la víctima, esto también tiene que ver mucho con los niveles de empatía, amabilidad y responsabilidad. Las emociones y cogniciones sociales fueron expuestas en un caso de acoso escolar para poder demostrar el comportamiento y ver si es que había la probabilidad de que alguien estuviese dispuesto a ayudar. Las investigaciones arrojaron que la mayoría de personas después de presentarles teóricamente la palabra “empatía” estaban dispuestos a actuar frente a un caso de acoso escolar, haciendo que la víctima se sintiera en compañía y no permitir que los riesgos psicológicos y los síntomas de ansiedad se incrementan (Van der Ploeg et al., 2017).

De los Agresores

La actitud de los agresores generalmente provienen del hogar, ya que tiene una gran influencia en el comportamiento de los adolescentes, el cómo se desenvuelven con los papás y hermanos. La influencia que transmiten los padres de familia es desde la educación, hasta los valores, la mayoría de conductas violentas que reflejan los niños es porque en casa existe este tipo de comportamientos. Existen investigaciones que afirman que los acosadores optan por las víctimas dependiendo de sus características personales, la mayoría de agresores escogen a los

alumnos más débiles, los que tienen más dificultad en defenderse y que se encuentran menos socialmente integrados (Cañas, 2017).

Además, en el contexto escolar, existen muchas investigaciones que se han realizado a lo largo del tiempo y se ha podido afirmar y evidenciar que la mayoría de casos de acoso escolar es porque existe una competitividad entre alumnos. Cuando existe una preferencia por parte del profesor a algún educando en particular, se ve reflejada conductas negativas en un grupo específico, ya que se ven intimidados y rechazados de cierta manera por parte de la autoridad, convirtiendo este clima estudiantil en competencias sociales. Asimismo, si es que existe un rechazo por parte de la autoridad y no presentan herramientas como resolución de conflictos el clima suele empeorar (Cañas, 2017).

Según el modelo de dominancia social, los agresores de acoso escolar tratan de mostrar su dominancia hacia un grupo ya sea grande o pequeño, una imposición y poder. Se suele afirmar que los agresores son los más reconocidos en un grupo social y tienen más poder dentro del mismo grupo, ya sea porque son “populares” o por el miedo que tienen los demás estudiantes. Además, muestran este tipo de dominancia para poder ser reconocidos y esto requiere fuerza y obligación por los mismos agresores. El modelo de resolución de conflictos que mantienen es agresivo y la empatía que ellos poseen es escasa. La mayoría sufren de abuso y maltratos ya sea por parte de su familia nuclear como su familia extensa o tienen muchos problemas a nivel personal, carecen de afecto y en cualquier entorno que se rodean es problemático (Enríquez, 2015).

Como se mencionó anteriormente, su actitud proviene de entornos familiares que mantienen conflictos a lo largo de un tiempo prolongado y no logran educar a sus hijos para que puedan acatar las normas y límites. Generalmente en los grupos familiares se encuentra una

fusión entre una excesiva flexibilidad y una poca autoridad cuando existe una conducta inadecuada lo que lleva a los padres a optar por métodos correctivos que incluyen la violencia. De esta manera, al rato de que los agresores tienen la posibilidad de expresarse durante el tiempo en el aula, suelen hacerlo de manera impulsiva, muchas veces sin pensar en las consecuencias ni en los actos realizados (Hernández, 2016).

Causas

En general las causas o factores de acoso escolar suelen ser múltiples entre ellas, razones personales, familiares y en medios de comunicación. En la parte personal, los agresores de acoso escolar busca aprobación y se siente superior molestando a otros compañeros y asimismo encuentra el apoyo de otros compañeros que quieren ser parte del acoso, o en estos casos también se da que la víctima suele ser muy tímido y no cuenta con la capacidad para responder a las agresiones (Villota y Velásquez, 2015).

Dentro de un estudio realizado por De Oliveira y otros autores en 2015, se determinó las causas por las cuales los estudiantes de Brasil realizaban acoso escolar. Se realizó una encuesta nacional a 109.104 estudiantes. Los investigadores realizaron una pregunta en la cual se podía determinar la causa más frecuente de acoso escolar. Entre ellas se encontraban: religión, apariencia, raza o color, orientación sexual, origen y otras causas. Se vio que el 51,2% de los encuestados no supieron establecer una causa específica. Mientras que la apariencia ya sea corporal o facial determinaba un rol al momento de que los educandos realicen estos actos de acoso. Otro hallazgo dentro de la investigación sugirió que los alumnos que más sufrían acoso escolar eran hombres cuyas madres poseen baja escolaridad y su etnia era indígena o afro.

Otro estudio realizado en Colombia por Berdugo (2020) estableció que una de las principales causas por las que los estudiantes acosaban era la apariencia física de los

alumnos(19%). Además, Cañas (2017) y Paredes et al (2018) afirman que si se percibe la presencia de algún tipo de defecto físico, el individuo es más propenso a sufrir uno o varios episodios de acoso escolar. También, se menciona que dentro de este aspecto físico; las apariencias que son determinantes son las del rostro y el cuerpo. Dentro de ellas, se toma en cuenta la imagen corporal, es decir, si la persona es alta o baja; delgada o gorda. Se afirma que adolescentes con estos rasgos tienden a tener el doble y hasta el triple de riesgo de ser víctimas de acoso escolar. (De Oliveira et al., 2015). Otra característica física que según Machillot (2017) puede ser causal de acoso escolar es el uso de accesorios como lentes, brackets o prótesis.

Un estudio realizado por Jackman et al. 2020) estableció que las minorías sexuales tienen mayor riesgo de acoso escolar por lo que tener una orientación sexual en específico puede aumentar el riesgo de sufrir uno o más episodios de acoso escolares. Es importante tomar en cuenta que estudios han afirmado que aunque se vean más casos en minorías sexuales , los alumnos heterosexuales reportan más el acoso escolar (Kowalski et al. 2014). Además, se afirmó que hombres homosexuales de etnia hispana o afro reportaron ser víctimas de acoso escolar más seguido.

Finalmente, también existen factores familiares que pueden ser causantes del acoso escolar Berdugo (2020) menciona que estos van desde estilos de crianza o apegos hasta forma de interacción que existe en la familia Slim (2017) comenta que un infante que es testigo de violencia doméstica dentro de su hogar , posee 15 veces más posibilidades de ser víctima o agresor en acoso escolar. Pomares (2017) subraya que la falta de cariño, la actitud negativa , el uso de castigo físico, la ausencia de los progenitores puede contribuir a que se de el acoso escolar.

Consecuencias

Consecuencias en la Familia

De las Víctimas

Al hablar de la implicación de la familia de la víctima dentro de situaciones de acoso escolar y los factores protectores que estos tienen, pudo analizarse que las familias constituidas por figuras parentales en las cuales existe comprensión, apoyo y padres que se involucran en las tareas de sus hijos, además de que están conscientes de cómo sus hijos pasan su tiempo libre y con quién, están poco asociados con la agresión y victimización. Se podría decir que también son factores protectores importantes: la protección de los padres, buen clima familiar y una buena comunicación con los hijos. (Oliveira et al., 2019).

Las familias de las víctimas de acoso escolar se verán afectadas de manera física y psicológica. Se ha podido observar que existen sentimientos de impotencia dentro de la familia, sobre todo por el hecho que el agresor se encuentra dentro del ambiente escolar, donde los padres no pueden hacer mucho para controlar la situación, la familia podría denunciar este acoso, pero no puede llegar a detenerlo totalmente. Se genera también una sensación de fracaso y llegan a cuestionarse sus habilidades como padres en cuanto a que no han hecho lo suficiente para proteger a sus hijos del acoso (Gordon, 2020).

Debido a la situación, los miembros de la familia pueden llegar a sentir toda una gama de emociones que van desde la ira hasta la ansiedad porque es una situación que se considera impredecible, si esto se considera un problema, es necesario que la familia reconozca y afronte sus emociones de manera constructiva. Por otra parte, muchos padres pueden llegar a obsesionarse con la situación y pueden volverse excesivamente temerosos por la seguridad de

sus hijos, a tal grado de que crean un entorno opresivo y limitante lo cual genera mucha más ansiedad en todos los involucrados (Gordon, 2020).

Del Agresor

En cuanto a la familia del agresor es importante mencionar que estos se relacionan de manera directa e indirecta con el acoso, esto es debido a ciertas características de la familia como obstaculizar el desarrollo de competencias sociales en sus hijos, enseñar límites, la permisividad en casos de conductas violentas, conflictos familiares, el uso del castigo físico como estrategia disciplinaria, estilos de resolución de problemas inadecuados y sobre todo una mala comunicación y falta de apoyo. Por lo general, la familia de estos adolescentes tienen una comunicación muy pobre o una actitud negativa al colegio, en consecuencia, los jóvenes podrían no comunicar las situaciones que viven en el colegio a sus padres, existe poca confianza y por lo tanto el involucramiento de los padres de los agresores es mínima en la mayoría de las ocasiones (Oliveira et al., 2019).

Consecuencias en el Ámbito Educativo

Para las Víctimas

Los adolescentes a lo largo de su crecimiento y de su escolaridad pueden involucrarse en acoso escolar y como se sabe pueden ser los agresores, abusados o los observadores. La escuela por mucho es una de los ámbitos más importantes en la vida de un ser humano ya que allí se da la educación no solo intelectual sino también personal. Este es un lugar donde los adolescentes generan vínculos afectivos fuera de lo que es su vínculo familiar. Se reconoce que el rechazo por los pares tiene directamente que ver con el tipo de red de amigos que se genera e incluso con la calidad del vínculo formado en ese momento y en el futuro (Moral, 2021).

El acoso escolar y sus consecuencias en el ambiente educativo se las puede entender como un ciclo. La falta de amigos aumenta la posibilidad de ser victimizado y está a su vez llega a provocar el rechazo de sus iguales. Estas dos se refuerzan mutuamente y hacen que la víctima no salga de la situación de acoso. Por otro lado, la escuela tiene un gran impacto en la autoestima y la motivación de los adolescentes y esto por consecuencia recae en todos los ámbitos en que él se desenvuelve. Algo importante que se debe tomar en cuenta es que en la adolescencia la importancia de los amigos aumenta y deja en un segundo plano al resto de individuos como son los padres y la familia (Cepeda, 2012).

Las investigaciones confirman que los adolescentes que son víctimas de sus pares pueden desarrollar un sentimiento negativo o de aversión al contexto escolar, por esta razón es que los estudiantes empiezan a ausentarse de manera progresiva a las clases, al principio pueden ser ausencias ocasionales hasta volverse recurrentes (Moral, 2021). El acoso escolar tiene tal impacto que puede lograr que un individuo deserte de la unidad educativa en la que se encuentra. Cuando este no es el caso, lo que se ha visto es que al estar inmerso en una interacción conflictiva su rendimiento académico es bajo (Swearear, 2015). Este es uno de los indicadores significativos para detectar casos de acoso escolar.

Para los Agresores

No solo las personas que cumplen con el papel de víctimas tienen consecuencias en el ámbito escolar. Los acosadores también son individuos que tienen varias dificultades en este. Estévez (2019) en el estudio realizado con agresores y ciber agresores encontró que estos adolescentes poseen una autoimagen realmente baja y negativa respecto a donde se desenvuelven. el ámbito educativo como se sabe es uno de los lugares donde los adolescentes pasan mayor tiempo del día y donde afectivamente se sienten más conectados en esa etapa de su

vida. el acosador posee tres indicadores importantes que revelan la poca adaptación psicológica, estas son el bajo autoconcepto académico, poca satisfacción con la vida y la alta sintomatología depresiva.

Los indicadores antes mencionados son realmente importantes para el ámbito educativo ya que el hecho de tener un autoconcepto negativo en la parte académica hace que tu motivación baje y por consecuencia el desempeño también baja. La satisfacción en la vida como se sabe tiene que ver directamente con la motivación por lo cual afecta en lo que es la parte académica y afectiva con los compañeros de aula (Swearear, 2015).

Protocolos de prevención, detección y acción del acoso escolar.

Prevención

En ciertos países latinoamericanos, como Puerto Rico, se han presentado políticas públicas y prácticas por parte de líderes educativos en relación a la prevención del acoso escolar. Se ha demostrado a través de los documentos reguladores que la estructura de las actividades propuestas ofrecen información sobre la definición y consecuencias del acoso escolar, excluyendo así temas como la diversidad y el respeto a los derechos humanos; esto sería un gran limitante dentro de dichas políticas debido a que se daría la errónea idea de que para la prevención del acoso escolar se necesita solamente conocer su definición y consecuencias (Vázquez-Guzmán et al., 2019).

En Ecuador se promovió, bajo la administración del Ministerio de Educación en el 2016, una guía para profesores sobre la prevención del acoso escolar tomando en cuenta a las familias de los menores. La guía empieza con definiciones que proporcionan información útil para docentes y familiares, las cuales servirán como herramientas preventivas frente al acoso escolar a

través de planes de acción que se proponen más adelante (Ministerio de Educación, 2016). Las siguientes partes de la guía son pautas para realizar los módulos dentro de la campaña de prevención, se realizaría un módulo con los estudiantes y otro con los familiares (padres o tutores), para finalmente realizar un evento de integración, donde ambas partes compartirán sus resultados de los módulos, y promover a partir de entonces el compartir actividades festivas entre todos dentro del plantel educativo (Ministerio de Educación, 2016). Finalmente, se encuentran unas hojas de evaluación en las cuales cada parte involucrada en la campaña calificaría el contenido de la misma, obteniendo así una retroalimentación y determinar la eficacia del material compartido para cumplir con el objetivo de prevenir el acoso escolar en los centros educativos (Ministerio de Educación, 2016).

De la misma manera, la UNESCO ha implementado el programa “no más violencia en las escuelas” en este se promueve 10 áreas de acción para que los maestros tengan herramientas para prevenir el acoso escolar en las aulas y escuelas. Algunas de estas medidas son de acción inmediata, por ejemplo, usar la disciplina constructiva y erradicar los castigos físicos, así también en otras acciones se necesita la participación de la comunidad estudiantil para crear mecanismos que garanticen la seguridad de los educandos. Las actividades que propone este programa se trabajan en clase y el objetivo principal es establecer y sostener interacciones armoniosas entre compañeros y profesores. Asimismo, los maestros deben crear debates, actividades creativas, juego de roles o creación de carteles que promuevan una cultura escolar sin niveles de violencia y que el diálogo sea la herramienta principal de comunicación entre estudiantes y profesores (UNESCO, 2014).

Dentro de este programa, se recomienda que se realice un trabajo en conjunto con estudiantes, autoridades, psicólogos, líderes comunitarios para que se pueda alcanzar una

comprensión correcta del problema del acoso escolar. Así también motivar a los estudiantes a crear un mensaje fuerte y claro sobre lo inaceptable que llega a ser la violencia en las aulas. De la misma manera, se sugiere que los profesores desarrollen y enseñen a los estudiantes habilidades de resolución de conflictos para crear espacios seguros dentro de los planteles educativos (UNESCO, 2014).

Es importante mencionar que los estudiantes deben convertirse en los actores principales en la prevención de la violencia. Por tal motivo, es necesario que los educandos aprendan sobre los derechos humanos que incluyen los derechos de su familia, amigos, compañeros y maestros. Para hablar sobre estos, se puede usar debates, juego de roles, historias que permitan que los estudiantes logren crear un análisis y una reflexión de cómo podrían aplicarlo en su entorno (UNESCO, 2014).

Es recomendable que los profesores utilicen normas positivas en el aula; esta debe ser una lista corta y que logre el objetivo principal. Las reglas deben ser una guía para que los estudiantes sepan cómo comportarse o no en el aula y en la escuela por lo que es importante que estas no se contradigan con las normas del plantel. Asimismo, se sugiere que se utilicen los refuerzos positivos fortaleciendo el comportamiento constructivo, es decir, mantener el contacto visual, la sonrisa y asentar la cabeza para generar confianza, así también se puede otorgar puntos extra para que los estudiantes puedan sentir gratificación y su motivación se eleve (UNESCO, 2014).

Detección

Para hablar de detección en el acoso escolar, se debe mencionar que un estudio de la Universidad de Missouri hacia 56.508 estudiantes en el 2017 reveló que el 87,2% no eran acosados. Mientras que el 9,3% eran acosados sólo por compañeros. Finalmente se vio que el

1,2% de la muestra fue acosado sólo por profesores o personal y el 1,5% fue acosado por compañeros y profesores o personal. Dadas estas cifras, se puede ver la urgencia de la prevención tanto en las escuelas como en el hogar.

Existen varios protocolos de acción al respecto, puede que se vean o no resultados dentro del ambiente educativo, pero lo que no se sabe claramente es cómo se detecta que un adolescente está sufriendo acoso por parte de sus pares. Se sabe que solo el 82% de todos los casos de acoso escolar son detectados mediante la observación del ambiente en el que se encuentra la persona y estando atento a síntomas físicos o psicológicos (Ye et al., 2015). Por esta razón es importante hablar sobre algunas actitudes que los adolescentes pueden tomar al estar inmersos en el acoso escolar.

Realmente no es fácil detectar a una víctima de acoso escolar ya que en la adolescencia los individuos empiezan a ser más volubles y cambian varios aspectos de su vida. Se sabe que uno de los indicativos en común de las víctimas es que se van volviendo retraídos de manera progresiva, pueden dejar de hablar como antes, dejar de realizar actividades que se veían con normalidad. Dentro de las instituciones educativas los que más pueden detectar que existe acoso escolar hacia un individuo son tanto los profesores como los mismos estudiantes. En las escuelas los maestros son la pieza clave para poder identificar a una víctima y lo que ellos emplean para esto es la observación de “banderas rojas” o “banderas de alerta”. Se hablará sobre a que deben estar atentos los profesores dentro del ambiente educativo (Brunstein et al., 2011).

Es importante observar como pasa en su tiempo de recreación, si pasa demasiado tiempo solo y no se relaciona con otros compañeros en los recreos, dejan de participar con entusiasmo en actividades escolares y se vuelven más tímidos. El bajar notas también es un componente muy importante ya que en caso de sufrir acoso esto está afectando directamente a la motivación del

adolescente y puede llegar a desertar de la unidad educativa. Finalmente, pero no menos importante los signos físicos pueden variar desde tener morados a rasgaduras (Villota, 2015). Cabe hacer énfasis en que estos son síntomas que se pueden observar en la víctima de abuso pero también se trabaja en conjunto con la parte familiar para corroborar o no el acoso escolar.

Referente a ello, Brunstein et al. (2011) comentan que los padres pueden detectar si su hijo o hija está siendo víctima de acoso escolar de varias formas, observando principalmente los aspectos conductuales, comportamentales y emocionales. Para poder mejorar la eficacia de la detección se sugiere el hacer evaluaciones psicosociales de revisión mensual, teniendo en cuenta el hecho de que el acoso escolar puede aparecer en cualquier momento. Otra forma de detectar según Hazeltine (2018) es fomentar la revelación y la comunicación dentro del hogar, es prudente hablar de casos de “bullying” o escuchar de ellos junto con los hijos, si el cuidador nota que existe un comportamiento inusual en el infante, es prudente que se comunique y hable con él acerca de dicha cuestión. Según Brunstein et al. (2011) esto se puede manifestar de diversas maneras; por ejemplo, retrasando la ida a la escuela o inventando pretextos para no hacerlo (Arteaga, 2017). También se puede detectar dichos comportamientos por medio de la frecuencia y la intensidad de los mismos, pues a más frecuencia es más probable que el niño esté experimentando algún inconveniente.

Nandhini y Sheeba (2015) comentan que la tecnología es una buena herramienta para que padres puedan detectar si existe algún tipo de amenaza de acoso escolar. Esto se realiza mediante “fuzzy logic”(forma de evaluación de variables) .Esta herramienta puede ayudar a tomar acciones en el ciberacoso antes de que suceda evitando las consecuencias para la víctima. Además, existen aplicaciones como: “Diantia-StopBullying” que permiten que los padres se comuniquen con las instituciones educativas en caso de detectar algún indicio de acoso escolar.

Acción

Para víctimas. La violencia cada vez está más presente en la actualidad, haciendo que se vuelva rutina en cada uno de los alumnos, muchos de ellos se vuelven vulnerables a las situaciones que lamentablemente el colegio no se vuelve su segundo hogar. Estos actos violentos entre los estudiantes requieren gran atención para así evitar consecuencias devastadoras. Es bueno encontrar un plan de acción que ayude a incorporar en el día a día de los educandos y de los profesores (Rojas y Figueredo, 2016).

Se puede optar por una intervención psicopedagógica para lograr evitar la repetición o la persistencia de agresividad para que se logre eliminarla de manera total. Si es que existen casos extremos, se podría realizar una colaboración de otros profesionales como psicólogos o incluso psiquiatras, en el caso de que la víctima esté muy afectada psicológicamente por la agresión o también para tratar a ciertos agresores y sus actitudes. Para esta intervención, se utilizan estrategias en colaboración de un tutor y el equipo de orientación educativa para enseñar a los alumnos los tipos de conductas con las que puedan afrontar de manera adecuada situaciones que se consideran conflictivas y que ponen en riesgo a que termine en acoso escolar. Además, los otros profesores deben ayudar al tutor de manera que puedan hacer que la víctima amplíe sus relaciones con los compañeros y que no se aisle (Villalgorido, 2016).

El profesor debe utilizar estrategias donde logré que se respeten los derechos de los demás y también para integrar a todos los educandos. En el caso de que los alumnos tengan un papel de observadores, el profesor debe incluir actividades donde enseñe cómo actuar en caso que haya una situación de acoso, apoyo a víctima, aislamiento del agresor y la denuncia de agresiones. Una estrategia que se puede usar es el método de Pikas (1989) en el cual se puede

identificar a alumnos que estén implicados en acoso para realizar entrevistas individuales con el fin de crear cierta preocupación, generar empatía y generar ganas de querer ayudar a la víctima. El objetivo de este método es romper estas circunstancias de dominio y sumisión entre agresores y víctimas. Hay tres etapas en este método: realizar las entrevistas individuales, entrevistas de seguimiento y por último, una reunión con todos los alumnos (Villagordo, 2016).

Otra forma en la que se puede intervenir en el acoso escolar es por medio de la resiliencia con respecto al estudiante que está siendo acosado. Clavería Batres realizó un estudio en 2015 con adolescentes de Guatemala. Mismo que establece que la autoestima, el razonamiento crítico, el vínculo seguro con la familia, las relaciones sanas con amigos y conocidos y confianza; son aspectos en los que se deben trabajar para poder fortalecer la resiliencia en los adolescentes víctimas de acoso escolar. Clavería Batres (2015) y González et al. (2016) proponen que antes de iniciar el plan de acción es prudente realizar cuestionarios previos a los estudiantes para poder determinar si poseen algún tipo de trauma por el acoso. En caso de no existir, se recomienda empezar con un plan de acción enfocado en el autoestima y el grupo de apoyo.

Para Agresores. Hay que tener presente que el objetivo del agresor es amedrentar, horrorizar y poner en alerta a ciertos individuos, normalmente esto sucede cuando quiere rebajar académica y socialmente a una persona. Asimismo con estas actitudes que posee es un espejo de sus propias carencias y hay que saber con qué herramientas se puede entender también la parte del agresor, el por qué de sus actitudes y el desempeño que mantienen (Merayo, 2013). Esta cita fue agregada a pesar del año de publicación, ya que es un plan de acción que prevalece hasta la actualidad.

Los estudios psicológicos afirman que el ambiente familiar que suelen tener los agresores de acoso escolar es un ambiente permisivo y que no habido un límite en cuanto los valores de

cada persona. Esto es lo que hace que una persona quiera su espacio, niveles altos de prepotencia cuando no se hace lo que ellos quieren y es por esto que se han realizado varios planes de acción para los agresores, ya que si bien es cierto, existen guías que amparan a las víctimas, también es necesario que los agresores tengan un plan en el que puedan ser entendidos y ayudados (Merayo, 2013).

Es importante que en el entorno escolar se desarrolle un plan de convivencia tanto dentro del aula como fuera de esta, permitiendo así que cualquier situación que ponga en riesgo a las víctimas sea solucionado por las autoridades y profesorado. El plan de acción dentro del aula puede ser usado de manera pacífica es decir, si es que existe algún tipo de conflicto entre compañeros, es importante que tengan presente el por que y tratar de ser mediadores; las habilidades sociales y emocionales son de suma importancia en los agresores, ya que muchas veces puede no ser emocionalmente validados, lo que produzca posiblemente en ellos un disgusto y frustración, haciéndoles actuar de manera negativa e impulsiva (Merayo, 2013). Este plan de acción fue propuesto en España-Madrid en donde hubo resultados muy acogedores y positivos ante alguna situación desgastante; el validar las emociones del individuo agresor hace que cualquier presencia de actitudes negativas se minimice.

En América Latina, Roman y Murillo (2011) realizaron un estudio sobre la correlación de la violencia entre estudiantes con su desempeño escolar, en donde se demostró que los estudiantes que sufren de acoso, e inclusive los testigos, tienen menor rendimiento en exámenes estandarizados de conocimientos y con todos los resultados finalmente se concluyó que en Latinoamérica poseen la mayor cantidad de casos de acoso escolar.

Debido a tales conclusiones, UNICEF junto a “International Plan” (Plan Internacional), World Vision” (Visión Global) , Secretarías de Educación de México D.F. y Sao

Paulo y la Organización de Estados Iberoamericanos para la Educación, la Ciencia y la Cultura (OEI), realizaron un estudio en ese mismo año, en donde se identificó que la mayoría de escuelas y colegios no cuentan con códigos de conducta o protocolos adecuados para enfrentar casos de acoso escolar, demostrando la poca o nula capacitación de los profesores para poder tomar acción ante este problema. Frente a toda esta información y con la preocupación por la situación en América Latina, surge la campaña “Basta de bullying, no te quedes callado”, la cual fue liderada por Cartoon Network asociado con “International Plan” (Plan Internacional), “World Vision” (Visión Global), Secretarías de Educación de México D.F. y Sao Paulo y la OEI , campaña que se extendió por toda la región, incluyendo a Ecuador (Ministerio de Educación, 2016).

Dentro de la campaña se realizaron una serie de carpetas que conforman un manual considerado una “caja de herramientas”, la cual tiene como propósito dar mayor importancia al tema y otorgar a la comunidad escolar un material para sensibilizar utilizando la educación, diálogo y tolerancia. Así también, propone soluciones viables para combatir el acoso escolar y permitir que niños y adolescentes gocen de su derecho a estudiar en un ambiente seguro y sin violencia (Ministerio de Educación, 2016).

Es importante recalcar que dentro de esta guía se conversa sobre la conducta, posibles sentimientos y pensamientos del acosador, víctima, y observador. Por ejemplo, que el agresor puede ser alguien que esté presentando bajo rendimiento escolar, agresividad, sentimientos de soledad o problemas que no sabe como solucionar por lo que termina utilizando la violencia, dificultad en comunicarse de otra manera y necesidad de recibir ayuda pero no saber cómo pedirla. Otra relevante información es el tema del Ciberacoso, ya que debido al fácil acceso a las tecnologías y el internet, hay jóvenes que utilizan tales medios para molestar o maltratar a otro

con insultos, burlas, comentarios falsos, o alguna imagen que pueda avergonzar o perjudicar al otro (Ministerio de Educación, 2016).

Finalmente, el último aspecto a recalcar en este manual es la manera en la que está dividido, inicia con información introductoria sobre la campaña y el contenido del manual, después con segmentos de información y actividades dirigidas para los niños y niñas, para docentes de escuelas primarias, educandos de secundaria, docentes de secundaria, para padres, madres y cuidadores. Y finaliza con directores y administradores de instituciones educativas, todo a través de un lenguaje inclusivo y sin discriminación de raza, cultura o género (Ministerio de Educación, 2016).

Los enfoques tradicionales que han tratado de mitigar el acoso escolar y mejorar las diferencias entre los alumnos, han sido métodos que han dado algunos resultados positivos (Hindduja y Patchin, 2017). En este sentido, se han realizado investigaciones en donde se sugiere que las escuelas deben reconsiderar y la vez remodelar el ambiente, por lo cual es necesario crear un nuevo paradigma que permita abordar de otra manera el problema (Ttofi y Farrington, 2012). Una desventaja de los programas que tratan de disminuir el acoso escolar es que se enfocan únicamente en las víctimas, en la intimidación y factores de riesgo; no obstante, un estudio realizado por Hindduja y Patchin (2017) sugieren que se creen programas a partir del desarrollo y psicología positiva y resiliencia, debido a que todos los jóvenes poseen la capacidad inherente de lidiar con situaciones estresantes, por lo cual es importante trabajar tanto con los acosadores como con las víctimas. En base a lo anterior, es importante que las escuelas formen seres humanos completos, resilientes y se enfoquen en poder desarrollar competencias sociales que les van a ser útiles para conseguir el éxito profesional y personal (Hindduja y Patchin, 2017).

La resiliencia se define como la capacidad que poseen los seres humanos para enfrentar situaciones complicadas y adversidades de la vida y poder salir con fortaleza de dichas adversidades. Para algunas personas la resiliencia es un sinónimo de adaptabilidad debido a que se define como la capacidad de responder ante situaciones peligrosas (Marquez et al., 2016). En un estudio realizado por Baruth y Carroll explican que los niveles de resiliencia se agrupan de forma interna y externa. Por ejemplo, los elementos externos que producen resiliencia son apoyo social, apego de adultos, sentido de pertenencia y relaciones positivas con los compañeros de clase. Por otra parte, los elementos internos incluyen el autocontrol, locus de control, autoestima y autoeficacia (Baruth y Carroll, 2002).

Por lo tanto, el estudio realizado por Hindduja y Patchin (2017) explican que todos los elementos de la resiliencia son importantes para combatir el acoso escolar, debido a que ayuda a reflejar en los estudiantes actos positivos. Además, promueve el éxito cognitivo, fisiológico, emocional positivo, académico y ayuda a prevenir conductas de alto riesgo (Hindduja y Patchin, 2017). Finalmente, la resiliencia no solo beneficia al estudiante de forma individual sino que mejora las conexiones e interacciones dinámicas entre la persona y su entorno permitiendo que los educandos se desarrollen de forma saludable e independiente (Hindduja y Patchin, 2017).

Capítulo 2: Dinámica de la Organización

IDEA abre sus puertas al inicio de este proyecto que tiene la necesidad de poder psicoeducar tanto a profesores como estudiantes a generar planes de acción, detección y prevención del acoso escolar. Mismo que tiene como objetivo generar material interactivo que será entregado e implementado por docentes que poseen un lenguaje accesible para entregar a adolescentes residentes en la República del Ecuador de 12 a 18 años de edad pertenecientes a instituciones educativas tanto públicas como privadas.

Historia

IDEA se creó a finales del año 2008 como un instituto principal de capacitación e investigación educativa de la Universidad San Francisco de Quito. Este instituto fue creado con el propósito de ayudar y capacitar a los docentes de las unidades educativas del país sin importar si trabajan en una institución pública, privada o mixta. Este proyecto se ideó ya que existe la necesidad de mejorar la calidad educativa del Ecuador (Merino, 2021).

Misión

Contribuir al mejoramiento de la calidad educativa apoyando activamente proceso de calidad en investigación basada en evidencia, formación continua de docentes, comunicación entre maestros, padres y estudiantes, autoconocimiento y oferta vocacional a jóvenes, así como difusión de recursos pedagógicos de alta calidad académica (Merino, 2021).

Visión

“Transformar la educación y ser un referente educativo que responda a las necesidades del siglo XXI. Vislumbrar una sociedad responsable de una educación para el cambio y empoderar a los educadores para alcanzar esta meta” (Merino, 2021).

¿Cómo funciona?

IDEA cuenta con varias herramientas que permiten tanto al docente como al estudiante a aprender mediante recursos interactivos como: guías para maestros que cuentan con capacitaciones, que se enfocan en la construcción de líderes profesionales que puedan generar un impacto en el país. Además, cuenta con proyectos como: revista “Para el Aula” la cual facilita artículos educativos especializados, recursos para la educación y manejan una agenda de eventos. Por otra parte, la biblioteca “Lupini” incentiva el amor por los libros y la lectura en niños y sus familias. Finalmente, el campamento de orientación vocacional “Catalyst” brinda oportunidad para que los individuos descubran quienes son y quienes quieren ser un futuro. Es importante mencionar que IDEA se ha caracterizado por su trabajo en cursos y módulos tanto presenciales como en línea.

Capítulo 3: Desafío

El instituto IDEA de la Universidad San Francisco de Quito considera que los profesores necesitan acceder a herramientas para combatir el acoso escolar. Este material requiere un lenguaje accesible y entendible tanto para los estudiantes como para los docentes. IDEA considera que es importante empoderar a los educandos para que ellos sean parte de la solución.

Para comprender y analizar de manera más certera la situación actual en referencia al acoso escolar en los colegios se entrevistó a 16 personas: 6 padres, 6 estudiantes, 2 profesores, 1 director general y 1 representante del DECE, todos proveniente de colegios públicos o privados; también se aplicó dos encuestas en línea, las cuales fueron de opción múltiple y dirigidas para dos grupos, una a estudiantes y otra a profesores (Tabla 1), teniendo en cuenta que nuestra población es de estudiantes de secundaria entre las edades de 12 a 18 años. Luego de analizar la información recopilada, se encontró 4 retos principales:

Ítems de evaluación de la encuesta para profesores

Tabla 1.

Ítems de evaluación de la encuesta para profesores

Pregunta	Item
¿En qué sector de la educación se desenvuelve?	Escala nominal
¿A qué nivel de educación imparte clases?	Escala nominal
¿Considera usted que el acoso escolar/bullying es un problema en la institución?	Si o no

¿Con qué frecuencia percibe usted el acoso escolar/bullying entre alumnos?	Escala de Likert Nada frecuente, poco frecuente, neutro, algo frecuente, muy frecuente
¿Qué tipo de conductas pudo percibir entre alumnos antes de la pandemia por SARS-CoV-2 (COVID-19)?	Escala de intervalo
¿Qué tipo de conductas puede percibir entre alumnos durante la pandemia por SARS-CoV-2 (COVID-19)?	Escala de intervalo
¿Con qué frecuencia considera usted que los alumnos reportan el acoso escolar/bullying en su institución?	Escala de Likert Nada frecuente, poco frecuente, neutro, algo frecuente, muy frecuente
¿Conoce algún protocolo en caso de acoso escolar/bullying?	Respuesta: Si o no
¿Conoce algún protocolo en caso de acoso escolar/bullying?	Respuesta abierta
¿Qué cree usted que se necesita hacer para poder prevenir e intervenir en casos de acoso escolar/bullying?	Respuesta abierta
¿Estaría interesado en que IDEA comparta con usted material para prevenir e intervenir en casos de acoso escolar/bullying?	Respuesta: Si o no

¿Estaría interesado en que IDEA comparta con usted material para prevenir e intervenir en casos de acoso escolar/bullying?

Escala nominal

Tabla 2.

Ítems de evaluación de la encuesta para estudiantes

Pregunta	Item
¿Cómo te sientes en relación a tus compañeros/as de clase?	Escala de Likert
¿Cómo te sientes en relación a tus compañeros/as de clase?	Escala de Likert
¿Has notado algún conflicto entre alumnos de tu clase?	Si o No
¿Cuál de las siguientes acciones has observado entre compañeros de tu clase?	Escala nominal
¿Crees que se pueden usar las redes sociales para hacer daño a los demás?	Si o No
¿Alguna vez has sido agredido/a por algún compañero/a en persona o por redes sociales?	Si o No

¿Se lo has contado o le contarías a alguien?	Sí o No
¿Alguna vez has visto alguna publicación o grupo en Internet en el que se burlen de un compañero/a?	Sí o No
¿Cómo te sientes o sentirías si te ocurriera esto a ti?	Escala de Likert
¿Se ha hablado sobre el acoso escolar "bullying" en tu colegio?	Sí o No
¿Se ha realizado campañas de prevención o intervención de acoso escolar "bullying"?	Sí o No
¿Estarías dispuesto a hacer algo para ayudar a la persona que sufre acoso escolar "bullying"?	Sí o No
¿Qué crees que se necesite hacer en los colegios para prevenir/intervenir en el acoso escolar "bullying"?	Respuesta abierta

Descripción de Desafíos

Primer Desafío: el Escaso Conocimiento y la Percepción Sobre el Acoso Escolar de los Profesionales de la Educación

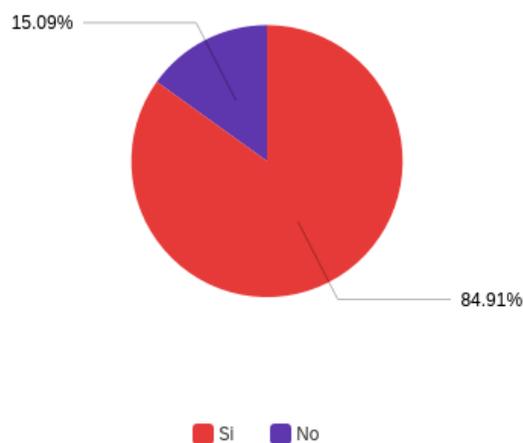
En base a la investigación realizada, hemos encontrado que el primer desafío es proveer de información tanto física como digital acerca del acoso escolar. Es importante contar con una guía que permita dar una orientación específica a los docentes y estudiantes para que ellos

puedan afrontar cualquier situación. Se considera que la psicoeducación se presenta como una estrategia para combatir el acoso escolar (Díaz et al., 2019). De hecho, Díaz y sus colaboradores (2019), explican que la psicoeducación es fundamental para generar herramientas para el bienestar emocional de los educandos.

Tomando en cuenta este desafío se ha optado por la creación de un programa de psicoeducación que permita proporcionar información necesaria acerca del acoso escolar para que los profesionales de la educación apliquen en cada institución educativa. En base a las encuestas realizadas el 84.91% (Figura 1) de los maestros afirmó que sabe sobre protocolos de detección; sin embargo, al momento de pedir que los mencionen dieron actividades poco efectivas, lo cual demuestra que tienen escaso conocimiento acerca de los términos generales del acoso escolar. Además el 95.65% (Figura 2) mencionó que estarían interesados en adquirir herramientas interactivas que provean información del tema.

Figura 1

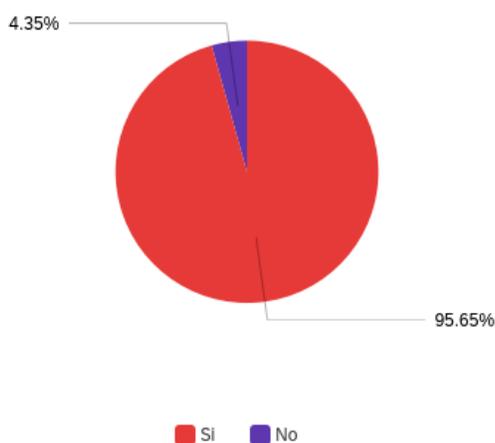
Resultados de encuesta en Qualtrics para docentes con respecto a protocolos de detección de acoso escolar entre estudiantes de 12 a 18 años de edad



Nota: Se detalla el porcentaje de docentes que afirman saber sobre protocolos frente a casos de acoso escolar.

Figura 2

Resultados de encuesta en Qualtrics para docentes con respecto al conocimiento de conceptos sobre el acoso escolar entre estudiantes de 12 a 18 años de edad



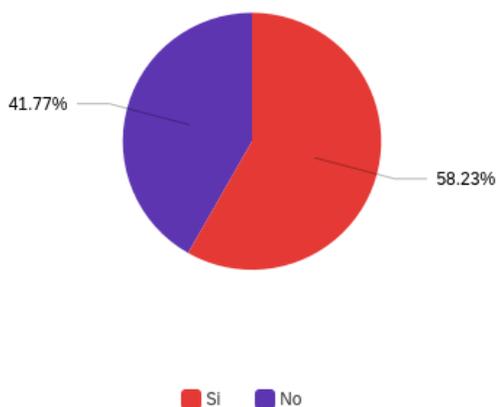
Nota: Se detalla el porcentaje de docentes que estarían interesados en adquirir herramientas interactivas que provean información sobre el acoso escolar.

Segundo Desafío: el Escaso Conocimiento y la Percepción Sobre el Acoso Escolar de los Estudiantes de Secundaria

Analizando la información recabada se pudo encontrar que el 41.77 % (Figura 3) de la muestra comentó que no existen conflictos en la clase. También se vio que el 64.47% (Figura 4) menciona que se realizan actividades en torno a la prevención del acoso escolar en el colegio; no obstante, los estudiantes no tienen conocimiento de casos específicos de acoso escolar. Por otro lado, todos los alumnos (Figura 5) consideran que existen por lo menos una de las conductas de agresión que se mencionaron en la entrevista. Asimismo, se ve que el 64.56% (Figura 6) comenta que no han sido agredidos por sus compañeros, sin embargo afirman haber vivido alguna experiencia relacionada con el acoso escolar, pero dicha conducta está normalizada por la comunidad educativa. A pesar de las cifras, el 94.74% (Figura 7) de los educandos muestran disposición para ser parte de la solución, pues tienen buena disposición de aprender y capacitarse.

Figura 3

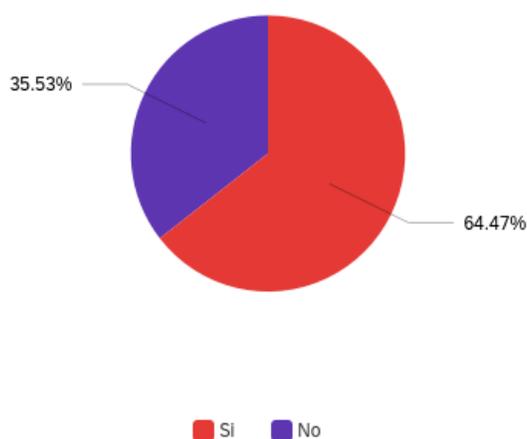
Resultados de encuesta en Qualtrics para estudiantes con respecto a la presencia de acoso escolar entre los 12 a 18 años de edad



Nota: Se detalla el porcentaje de alumnos que han notado algún conflicto entre compañeros de clase.

Figura 4

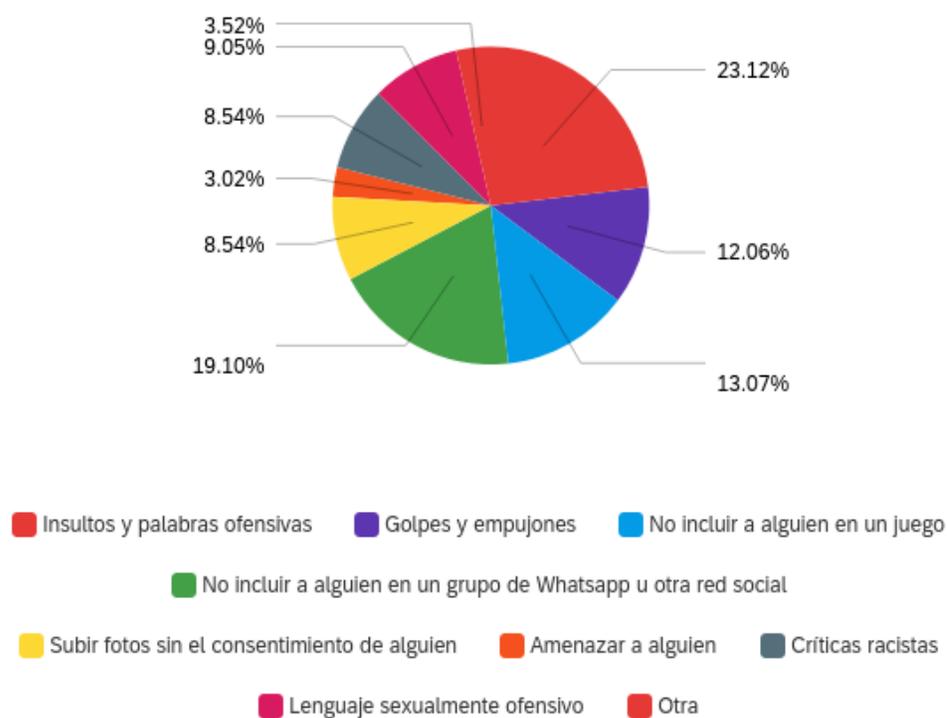
Resultados de encuesta en Qualtrics para estudiantes con respecto a la realización de actividades de intervención de acoso escolar entre los 12 a 18 años de edad



Nota: Se detalla el porcentaje de estudiantes que afirman o niegan que en su institución educativa se realicen campañas de prevención o intervención del acoso escolar.

Figura 5

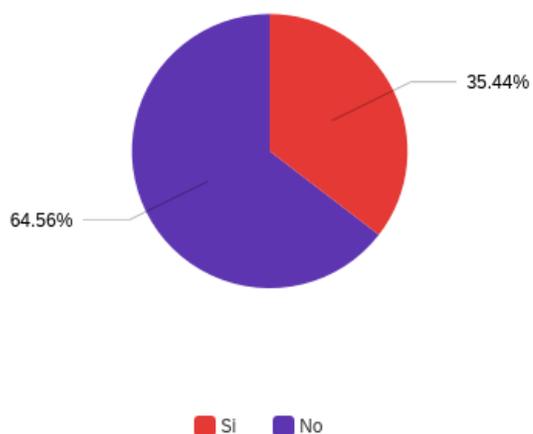
Resultados de encuesta en Qualtrics para estudiantes con respecto a acciones observadas en el acoso escolar entre los 12 a 18 años de edad



Nota: Se detalla el porcentaje de educandos que enlista las acciones observadas entre compañeros de clase.

Figura 6

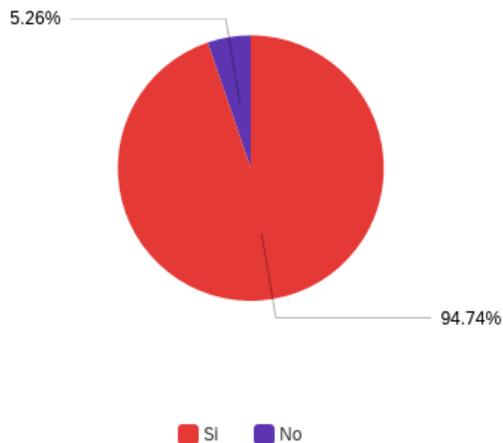
Resultados de encuesta en Qualtrics para estudiantes con respecto a víctimas de acoso escolar entre los 12 a 18 años de edad



Nota: En la ilustración se detalla el porcentaje de participantes correspondiente a quienes han sido o no víctimas de acoso escolar.

Figura 7

Resultados de encuesta en Qualtrics para estudiantes con respecto a la disposición en participar en programas de prevención de acoso escolar entre los 12 a 18 años de edad



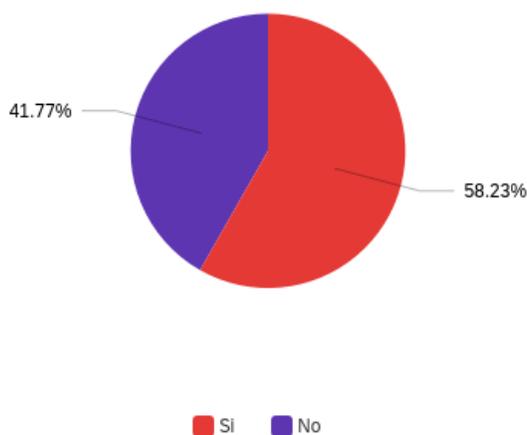
Nota: En la ilustración se detalla el porcentaje de participantes correspondiente a la disposición para ser parte de la solución frente al acoso escolar.

Tercer Desafío: Falta de Comunicación Entre Estudiantes y Adultos

En las encuestas previamente señaladas se reflejó que el 58,23% (figura 8) de estudiantes han notado conflictos entre pares y el 54,72% (figura 9) de docentes detectan con poca frecuencia el acoso escolar en sus instituciones, pero afirman que si existen conductas agresivas entre estudiantes (figura 10). Es importante mencionar que estas conductas son parte del acoso escolar solo que a lo largo del tiempo se han normalizado, lo que ha traído como consecuencia que los estudiantes tengan poca confianza en sus tutores y docentes. Por tal razón, es indispensable psicoeducar y promover la comunicación entre profesores y alumnos. La mayoría de nuestra muestra de estudiantes recomiendan que deben existir espacios con personas confiables en la institución que actúen al momento de reportar u observar acoso escolar (Tabla 2).

Figura 8

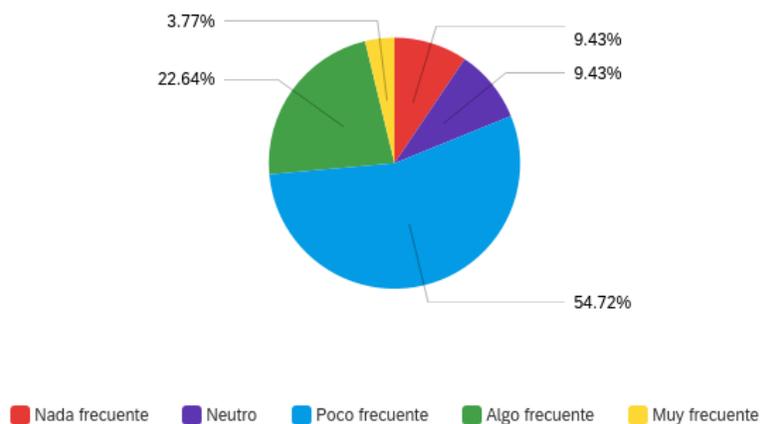
Resultados de encuesta en Qualtrics para estudiantes con respecto a la presencia de acoso escolar entre los 12 a 18 años de edad



Nota: En la ilustración se detalla el porcentaje de participantes correspondiente a la percepción de conflictos entre estudiantes.

Figura 9

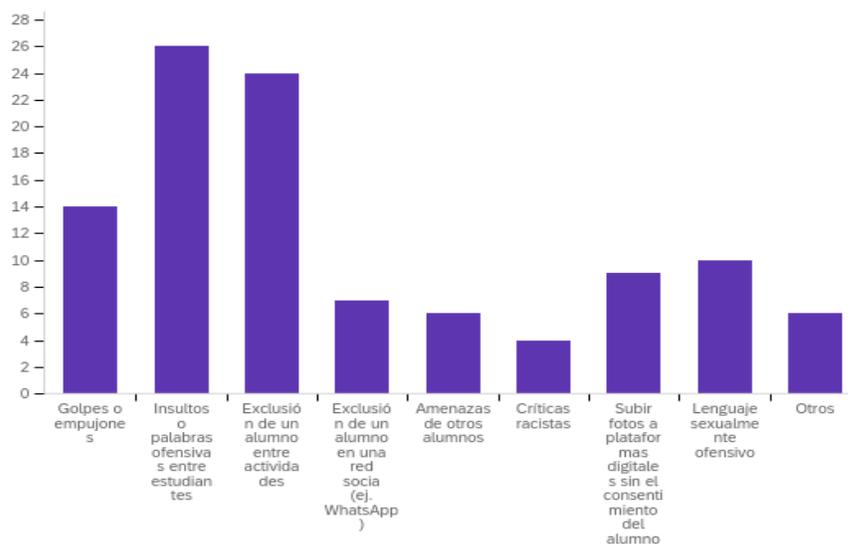
Resultados de encuesta en Qualtrics para docentes con respecto a la frecuencia de acoso escolar entre estudiantes de 12 a 18 años de edad



Nota: En la ilustración se detalla el porcentaje de participantes correspondiente a la frecuencia de casos de acoso escolar que detectan los profesores.

Figura 10

Resultados de encuesta en Qualtrics para docentes con respecto a conductas en el acoso escolar entre estudiantes de 12 a 18 años de edad



Nota: En la ilustración se detalla las conductas agresivas observadas entre estudiantes.

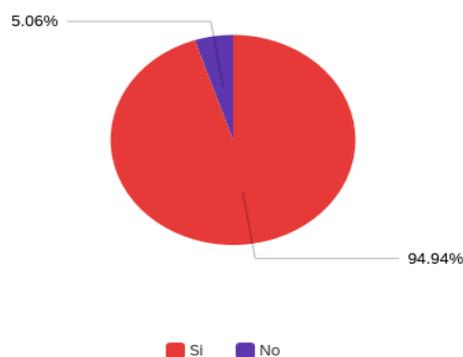
Cuarto desafío: escaso control en el uso de redes sociales e internet

Durante las entrevistas y encuestas se realizaron también preguntas en torno al ciberacoso, para determinar si este sería considerado por parte de la muestra como un problema que está presente y que podría afectar a los estudiantes de secundaria.

Dos de los estudiantes entrevistados indicaron haber vivido una situación de acoso a través de las redes sociales, en ambos casos se presentó que este daño es hecho por personas de su misma clase y el tipo de acoso es a través de insultos e inclusive excluyéndose de ciertas actividades. Otra fuente de información fueron las encuestas a estudiantes, en las cuales un 94,94% (figura 11) de estudiantes reconocen que el acoso por estos medios puede provocar daños emocionales y psicológicos, otro 60,53% (figura 12) indicó que este acoso se ha realizado a través de grupos o publicaciones (sean imágenes o texto), y, por último, un 35.44% (figura 6) han sido víctimas de acoso en persona y en redes sociales.

Figura 11

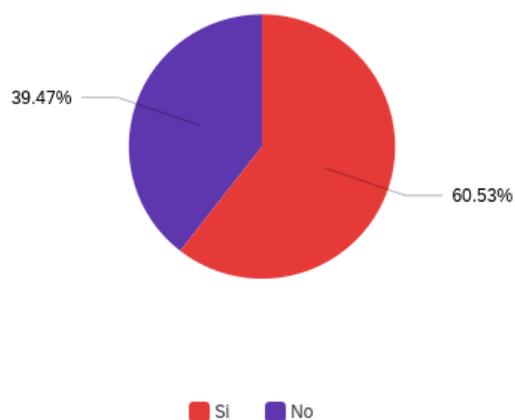
Resultados de encuesta en Qualtrics para estudiantes con respecto a las consecuencias del ciberacoso entre los 12 a 18 años de edad



Nota: En la ilustración se detalla el porcentaje de participantes correspondiente a cada respuesta con respecto a las consecuencias a nivel emocional y psicológico del ciberacoso.

Figura 12

Resultados de encuesta en Qualtrics para estudiantes con respecto al ciberacoso entre los 12 a 18 años de edad



Nota: En la ilustración se detalla el porcentaje de participantes correspondiente a cada respuesta con respecto a el uso de grupos de chat o publicaciones multimedia en el ciberacoso.

Capítulo 4: Propuesta

En base a los retos mencionados anteriormente, se propone un programa de psicoeducación llamado **“Digamos NO al acoso escolar”**. El cual se dividirá en cuatro módulos organizados de la siguiente manera: ¿Qué necesitas saber del acoso escolar? (módulo 1), ¿Cómo hablar de acoso escolar con tus estudiantes? (módulo 2), La comunicación importa (módulo 3), ¿Qué sucede en las redes sociales? (módulo 4). Estos apartados serán realizados con el ciclo de Kolb el cual es un enfoque del aprendizaje experiencial que considera a las vivencias como una oportunidad de obtener conocimiento (Rodríguez, 2018). En base a esto Kolb (2014) propone un modelo que provee cuatro etapas las cuales son: experimentación concreta, observación reflexiva, conceptualización abstracta y experimentación activa.

En cada módulo se presentará el objetivo general, seguido del contenido teórico, que incluirá conceptos, clasificaciones, estrategias y recomendaciones para los docentes y estudiantes. A continuación se proporcionarán actividades para docentes, y en otro apartado, actividades para los estudiantes las cuales deberán ser aplicadas en el aula. Finalmente, cada módulo se cierra con recursos adicionales y referencias. Se utilizará la plataforma MOODLE, en la cual se compartirá el contenido a través de herramientas como: genially, nearpod, padlet, canva y soundcloud.

Descripción del Contenido “Digamos NO al Acoso Escolar”

Primer Módulo: ¿Qué Necesitas Saber del Acoso Escolar?

Es importante que los docentes y estudiantes tengan conocimientos básicos sobre el acoso escolar. De esta manera, en el primer módulo se implementará el concepto principal, los tipos de acoso escolar, causas y consecuencias en víctimas y agresores. El objetivo es que se empiece a

tener un conocimiento profundo y esto permita que ellos puedan reconocer una situación de violencia escolar, así como diferenciar cuando una conducta es inapropiada pero no afecta directamente al educando.

Segundo Módulo: ¿Cómo Hablar de Acoso Escolar con tus Estudiantes?

El siguiente módulo se titulará: “¿Cómo hablar del acoso escolar con los estudiantes?”. Se comenzará definiendo conceptos importantes como el autoconcepto, autoestima y respeto, los cuales serán útiles antes de la explicación del acoso escolar. Los estudiantes deben tener un buen entendimiento acerca de qué es el acoso escolar y cuáles son las conductas que pueden dañar el ambiente escolar, así como también entender papeles del victimario, la víctima y el observador. Por otra parte, el profesor recibirá herramientas con las cuales podrá enseñar estrategias de intervención entre alumnos, así como protocolos de actuación frente a situaciones de acoso. Finalmente, se impartirá técnicas para desnormalizar la violencia y fomentar la empatía entre los estudiantes.

Tercer Módulo: La Comunicación Importa

Dentro del ámbito educativo es realmente importante promover la comunicación entre los estudiantes y sus responsables. Al igual que dentro de casa es indispensable crear una relación de confianza entre padres e hijos. Por esta razón en este módulo los profesores, los profesionales en educación y padres aprenderán algunas estrategias de comunicación que podrían utilizar con los adolescentes. Complementando esto también es importante saber cómo motivar al adolescente para que se comunique y tenga la confianza de hablar con un mayor. Saber cómo crear este vínculo entre adultos y adolescentes es realmente importante por lo que se tratará el tema de

cómo generar lazos de confianza. Finalmente se darán ideas y tips de actividades de integración entre miembros de la comunidad escolar.

Cuarto Módulo: ¿Qué Sucede en las Redes Sociales?

Finalmente, el tema del ciberacoso será tratado dentro del módulo 4, el cual se titulará “¿Qué sucede en las Redes Sociales?”, en donde se dará un enfoque para la concientización frente a la falta de control de los jóvenes en el internet y redes sociales. Conceptos como qué es el ciberacoso, qué lo conlleva, cómo puede darse y qué protocolos seguir para evitarlo/detenerlo, y las consecuencias que puede experimentar las víctimas de este tipo específico de acoso.

La primera actividad a realizar con los estudiantes sería un “*icebreaker*” titulado “Círculos y Líneas”, de allí se encontrarán otras 3 actividades a realizar en el aula con el objetivo de concientizar sobre los riesgos del uso de redes sociales e internet. También se otorgarán materiales extra para el uso exclusivo de los profesionales de la educación, como protocolos de intervención para estos casos, y el podcast de una entrevista con una estudiante víctima de ciberacoso, con el objetivo de que los profesionales de la educación puedan identificar a través de un testimonio qué es lo que experimenta y cómo afecta a un adolescente el ser atacado a través de las redes sociales y cuál ha sido la respuesta de las instituciones educativas frente a estos casos dados entre sus mismos estudiantes.

Conclusiones

A pesar de que existen algunos protocolos de prevención, detección y acción en contra del acoso escolar, se evidenció por medio de la información recabada que existe mucha desinformación en la gran mayoría de los integrantes de la comunidad educativa. Por tal motivo, se elaboró “**Digamos NO al Acoso Escolar**” este programa de psicoeducación va dirigido a los profesionales del área educativa que estén interesados en la problemática del acoso escolar. El objetivo principal de este proyecto es crear recursos interactivos y didácticos. A través de módulos estructurados se ofrecen mecanismos útiles para la educación de los docentes, estudiantes y padres en materia de acoso escolar. Asimismo se espera que dichos actores se conviertan en embajadores que promuevan un ambiente educativo seguro.

Una de las limitaciones que se encontró en “**Digamos NO al Acoso Escolar**” es que es un programa que posee contenido introductorio lo cual aclara dudas de una forma generalizada. De tal manera que se recomienda dar una continuación al proyecto con la finalidad de profundizar en aspectos relevantes como : resiliencia, empatía, psicología positiva y modelos de crianza. Como segunda limitación, se encuentra la carencia de comunicación que existe entre adultos y estudiantes debido a las brechas generacionales, la etapa de desarrollo en la que se encuentran los educandos y al estigma que los estudiantes impiden una buena comunicación hacia los maestros. Se sugiere que se trabaje diariamente en la destrucción de estigmas y que los estudiantes reconozcan a los maestros como aliados.

En conclusión, el acoso es un tema sumamente relevante que debe ser tratado de manera integral y desde temprana edad. Es necesario, que exista una educación centrada en la empatía, resiliencia y reconocimiento de las emociones de cada educando. Asimismo, es clave trabajar en la relación entre alumnos y adultos para que se pueda prevenir el acoso escolar.

Referencias

- Anderson, T., Crowley, M., Himawan, L., Holmberg, J. y Uhlin, B. (2016). Therapist facilitative interpersonal skills and training status: A randomized clinical trial on alliance and outcome. *Psychotherapy Research*, 26(5), 511-529. <https://doi.org/10.1080/10503307.2015.1049671>
- Allanson, P. B., Lester, R. R., y Notar, C. E. (2015). A history of bullying. *International Journal of Education and Social Science*, 2(12), 31-36. <http://www.ijessnet.com/uploads/volumes/1598623471.pdf>
- Arándiga, A. V. (2016). Emociones y sentimientos en el acoso escolar. *EOS Perú*, 3(01), 7-17. <https://eosperu.net/revista/wp-content/uploads/2015/10/EMOCIONES-Y-SENTIMIENTOS-EN-EL-ACOSO-ESCOLAR.pdf>
- Baruth, K. E., y Carroll, J. J. (2002). A formal assessment of resilience: The Baruth Protective Factors Inventory. *The Journal of Individual Psychology*, 58(3), 235–244. <https://psycnet.apa.org/record/2002-04435-004>
- Bell, K., y Willis, G. (2016). Teachers' perceptions of bullying among youth. *The Journal of Educational Research*, 109(2), 159–168. <https://doi.org/10.1080/00220671.2014.931833>
- Berdugo Gómez, N. M. (2020). *Factores que influyen en la violencia escolar o bullying en adolescentes*. <https://repository.ucc.edu.co/handle/20.500.12494/18382>.
- Bonilla, J., González, A., y Bonilla, G. (2016). *Modelo integrador vulnerabilidad temprana e incidencia en el acoso escolar*. <https://repository.ucc.edu.co/handle/20.500.12494/5887>
- Book, A. S., Volk, A. A., y Hosker, A. (2012). Adolescent bullying and personality: An adaptive approach. *Personality and individual differences*, 52(2), 218-223. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2011.10.028>

Cañas-Pardo, E. (2017). Acoso escolar: características, factores de riesgo y consecuencias.

Revista Doctorado UMH, 3(1), p7-p7.

<https://revistas.innovacionumh.es/index.php/doctorado/article/view/635/986>

Centers for Disease Control and Prevention. (2018). *Encuesta Mundial de Salud a Escolares*

(*GSHS*). <https://www.cdc.gov/GSHS/>

Cepeda Cuervo E, Caicedo G. (2012). Acoso escolar: caracterización, consecuencias y

prevención. *Revista Iberoamericana de Educación*. 61(3): 1-7.

<http://rua.ua.es/dspace/handle/10045/109396>

Clavería Batres, M. (2015). *Resiliencia del adolescente de 12 a 15 años víctima del maltrato*

físico y/o psicológico Bullying: estudio realizado en el Colegio San José de los

Infantes [Disertación de doctorado, Universidad de San Carlos de Guatemala].

<http://www.repositorio.usac.edu.gt/id/eprint/3607>

De Oliveira, W., Silva, M., De Mello, F., Porto, D., Yoshinaga, A., y Malta, D. (2015).

Causas del bullying: resultados de la Investigación Nacional de la Salud del Escolar.

Revista Latino-Americana de Enfermagem, 23(2), 275-282.

https://www.scielo.br/pdf/rlae/2015nahead/es_0104-1169-rlae-0022-2552.pdf

De Oliveira, W., Silva, J., Fernández, J., M Santos, S. C., y Silva, M. (2019). Family interactions

and the involvement of adolescents in bullying situations from a bioecological

perspective. *Scielo*, 37, 1982-027. <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e180094>

Díaz, Y. M. R., Jiménez, M. A. P., y Sigüencia, T. A. C. (2019). Intervención Psicoeducativa

para Disminuir el Acoso Escolar en Estudiantes de las Unidades Educativas de la Ciudad

de Loja. *Polo del Conocimiento: Revista científico-profesional*, 4(7), 254-270.

<https://doi.org/10.23857/pc.v4i7.1033>

- Enríquez, M. (2015). El acoso escolar. *Pedagogía y Sociología de la Educación*, 10(1), págs. 219-234. <https://doi.org/10.18041/2382-3240/saber.2015v10n1.983>
- Echeverri, M. M. C., y Vargas-González, J. E. (2018). Actores del acoso escolar. *Revista Médica de Risaralda*, 24(1), 60-66. <https://doi.org/10.22517/25395203.14221>
- Estévez, E., Estévez, J. F., Segura, L., y Suárez, C. (2019). The influence of bullying and cyberbullying in the psychological adjustment of victims and aggressors in adolescence. *International journal of environmental research and public health*, 16(12), 2080. <https://doi.org/10.3390/ijerph16122080>
- Fernández, M. (2016). Neuropsicología del acoso escolar: Función mediadora de la conducta prosocial. *Revista mexicana de neurociencia*, 17(6), 106-119. <https://www.medigraphic.com/pdfs/revmexneu/rmn-2016/rmn166j.pdf>
- Fondo Internacional de Emergencia de las Naciones Unidas para la Infancia. (2017). 1 de cada 5 estudiantes ha sufrido acoso escolar en Ecuador. *UNICEF*. <https://www.unicef.org/ecuador/comunicados-prensa/1-de-cada-5-estudiantes-ha-sufrido-de-acoso-escolar-en-el-ecuador>
- Garaigordobil, M., Martínez-Valderrey, V., y Aliri, J. (2015). Autoestima, empatía y conducta agresiva en adolescentes víctimas de bullying presencial. *European Journal of investigation in health, psychology and education*, 3(1), 29-40. <https://doi.org/10.1989/ejihpe.v3i1.21>
- García, L., Mendoza, C., Olivares, Kandy., García, M., y García M. (2015). Descripción de funciones neuropsicológicas y de inteligencia en chicos en conflicto con la ley relacionada con bullying. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 17(2), 39-62. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80247939003>

- González, M., Lucero, V., Caballero, V., Delgado, M., y Ruiz, S. (2016). *Resiliencia en adolescentes víctimas de violencia escolar*. Revista INFAD de Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology., 1(2), 485-498.
<https://doi.org/10.17060/ijodaep.2016.n2.v1.267>
- Gordon, S. (16 de noviembre de 2020). *6 Ways Bullying Impacts the Family*. Very Well Family.
<https://www.verywellfamily.com/how-bullying-impacts-the-family-460805>
- Hazeltine, C. S. (2018). *Understanding Teachers' Perceptions of Bullying for Developing Teacher Detection and Intervention*. [Disertación de doctorado, Walden University]. Walden University Scholar Works. <https://scholarworks.waldenu.edu/dissertations/4730/>
- Hernández, A. N. (2016). La empatía y su relación con el acoso escolar. *REXE-Revista de Estudios y Experiencias en Educación*, 11(22), 35-54.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=243125410002>
- Herrera-López, Mauricio, Romera, Eva M., y Ortega-Ruiz, Rosario. (2018). Bullying y Cyberbullying en Latinoamérica. Un estudio bibliométrico. *Revista mexicana de investigación educativa*, 23(76), 125-155.
http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-66662018000100125&lng=es&tlng=es.
- Highland, L., Valadez, M., y Pedroza, F. (2015). La victimización producto del bullying escolar y su impacto en el desarrollo del niño desde una perspectiva neuropsicológica. *Educación y Desarrollo*, 32, 21-28.
https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/32/RED32_CompletaVF.pdf#page=22
- Kolb, D. A. (2014). *Experiential learning: Experience as the source of learning and*

development. FT press.

- Kowalski, R. M., Giumetti, G. W., Schroeder, A. N., y Lattanner, M. R. (2014). Bullying in the digital age: A critical review and meta-analysis of cyberbullying research among youth. *Psychological bulletin*, 140(4), 1073. <https://doi.org/10.1037/a0035618>
- Linero Racines, R. M. (2019). *Funciones ejecutivas, funcionalidad familiar y desajuste conductual relacionado con la cognición social en estudiantes en situación de Bullying*. [Tesis de doctorado, Universidad de la Costa]. Repositorio Universidad de la Costa. <http://hdl.handle.net/11323/5884>
- Luengo, D. (2015). *Los secretos de la ansiedad*. Ediciones Paidós. <https://www.planetadelibros.com>
- Machillot, D. (2017). Normas sociales, estereotipos, discriminación y violencia entre pares: el caso de una secundaria en Jalisco. *Revista mexicana de investigación educativa*, 22(72), 209-227. <https://www.comie.org.mx/revista/v2018/rmie/index.php/nrmie/article/view/10/10>
- Merayo, M. del M. (2013). *Acoso Escolar*. CEAPA. <https://unaf.org>
- Merino, I. (2020). Historia sobre el Instituto de Enseñanza y Aprendizaje (IDEA) [Comunicación Virtual]. Zoom.
- Ministerio de Educación. (2016). *Prevención en familias del acoso escolar*. <https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2017/05/2-Guia-Acoso-Escolar-tutores.pdf>
- Moral Zafra, E. (2020). *Factores psicosociales y conducta externalizada en adolescentes: la relevancia de los estilos parentales y las actitudes hacia la violencia escolar*. [Tesis doctoral, Universidad de Murcia]. <http://hdl.handle.net/10201/87762>

- Nandhini, B. S., y Sheeba, J. I. (2015). Online social network bullying detection using intelligence techniques. *Procedia Computer Science*, 45, 485-492.
<https://doi.org/10.1016/j.procs.2015.03.085>
- Narezo, M. R., Gruber, R. S., y Martínez, M. T. L. (2020). Acoso escolar: adolescentes víctimas y agresores. La implicación en ciclos de violencia. *Bordón. Revista de pedagogía*, 72(1), 117-132. <https://doi.org/10.13042/Bordon.2020.71909>
- Oliva, A. (2012). Desarrollo cerebral y asunción de riesgos durante la adolescencia. *Apuntes de Psicología*, 30 (1-3), 477-486. <https://idus.us.es/handle/11441/84712>
- Olweus, D. (1977). Aggression and peer acceptance in adolescent boys: Two short term longitudinal studies of ratings. *Child Development*, 48, 978-987.
<https://doi.org/10.2307/1128488>
- Olweus, D. (1993). *Bullying at school: What we know and what we can do*. Oxford, UK: Blackwell.
- Organización para la cooperación económica y el desarrollo. (2017). El bienestar de los estudiantes. *Evaluación Pisa*. <https://doi.org/10.1787/19963777>
- Organización Mundial de la Salud. (2003). *Informe mundial sobre la violencia y la salud*.
https://www.paho.org/spanish/dd/pub/violencia_2003.htm
- Organización Naciones Unidas. (2014). *Poner fin a la violencia en la escuela: guía para los docentes*. UNESCO. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000184162>
- Organización Naciones Unidas. (2019). *Behind the numbers: Ending school violence and bullying*. UNESCO. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000366483>
- Pomares Bernabeu, A. (2017). *Revisión sistemática: Estrategias de análisis e intervención*

- ante el acoso escolar*. [Tesis de fin de grado].
<http://193.147.134.18/bitstream/11000/4267/1/TFG-%20Pomares%20Bernabeu%2C%20Amparo.pdf>
- Rivara, F. y Le Menestrel, S. (eds.) (2016), Preventing Bullying Through Science, Policy, and Practice. *National Academies Press*. <http://dx.doi.org/10.17226/23482>
- Rivera, R. (2018). Funciones ejecutivas y cognición social en adolescentes agresores, víctimas y espectadores en contexto de bullying. *Revista de Psicología*, 8(1), 39-66.
<https://revistas.ucsp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/120/118>
- Rivera, J., Arias, M. (2020). Acoso escolar contra jóvenes LGBT e implicaciones desde una perspectiva de salud. *Revista de la Universidad Industrial de Santander. Salud*, 52(2), 147-151. doi: <http://dx.doi.org/10.18273/revsal.v52n2-2020008>
- Rodriguez, R. (2018). Los modelos de aprendizaje de Kolb, Honey y Mumford: implicaciones para la educación en ciencias. *Sophia Educación*, 14(1), 51-64.
<http://dx.doi.org/10.18634/sophiaj.14v.1i.698>
- Sandoval Olivera, A., Merchán Orjuela, A. P., y Bustos Molina, E. (2020). *Funciones ejecutivas en niños escolarizados vinculados al acoso escolar de instituciones educativas públicas y privadas en la ciudad de Neiva*. [Tesis de fin de grado].
<http://hdl.handle.net/20.500.12494/16968>
- Smith, P. K. (2016). Bullying: Definition, Types, Causes, Consequences and Intervention. *Social and Personality Psychology Compass*, 10(9), 519–532.
<http://dx.doi.org/10.1111/spc3.12266>
- Slim, T. E. (2017). La familia, un elemento psicológico causal de la violencia escolar.

- Revista Iberoamericana de Producción Académica y Gestión Educativa*, 4, 1-12.
<https://www.pag.org.mx/index.php/PAG/article/view/687>
- Swearer, S. M., y Hymel, S. (2015). Understanding the psychology of bullying: Moving toward a social-ecological diathesis–stress model. *American Psychologist*, 70(4), 344–353. <https://doi.org/10.1037/a0038929>
- Trepte, S., y Loy, L. S. (2017). Social Identity Theory and Self-Categorization Theory. *The International Encyclopedia of Media Effects*, 1–13.
<https://doi.org/10.1002/9781118783764.wbieme0088>
- Ttofi, M. M., y Farrington, D. P. (2012). Risk and protective factors, longitudinal research, and bullying prevention. *New Directions for Youth Development*, 2012(133), 85–98.
<https://doi.org/10.1002/yd.20009>
- Universidad San Francisco de Quito. (2020b). Decanato de estudiantes | *Universidad San Francisco de Quito*. USFQ. <https://www.usfq.edu.ec/es/estudiantes/decanato-de-estudiantes>
- Urra, M. (2017) Bullying, acoso escolar. Definición, roles, prevalencia y propuestas de actuación. *Paper*. <https://doi.org/10.31235/osf.io/fxsy3>
- Van der Ploeg, R., Kretschmer, T., Salmivalli, C. y Veenstra, R. (2017). Defender a las víctimas: ¿Qué se necesita para intervenir en el acoso y cómo lo recompensan los compañeros?. *Revista de Psicología Escolar*, 65, 1-10.
<https://doi.org/10.1016/j.jsp.2017.06.002>
- Vázquez, Y., Ortiz, M., Berríos, R. y Rodríguez, C. (2019). Análisis de las políticas públicas y las prácticas de los líderes educativos dirigidas a la prevención del acoso escolar

- (bullying) en Puerto Rico. *Revista de Educación de Puerto Rico*, 2(2), 1-18.
<https://revistas.upr.edu/index.php/educacion/article/download/16548/14645?inline=1>
- Velasco, J., Amado, B., Novo, M. (2015). *Diferencias de género en las conductas de acoso escolar*.
https://www.academia.edu/download/44007456/Velasco_et_al_2015_Diferencias_de_genero_en_acoso_escolar.pdf
- Villalgordo, F. (2016). Técnicas psicopedagógicas contra el acoso escolar. *Publicaciones didácticas*, 321-379. https://publicacionesdidacticas.com/hemeroteca/pd_072_jul.pdf
- Villota, M. F. E., y Velásquez, F. G. (2015). El acoso escolar. *Saber, ciencia y libertad*, 10(1), 219-234. <https://doi.org/10.18041/2382-3240/saber.2015v10n1.983>
- Volk, A. A., Dane, A. V., y Marini, Z. A. (2014). What is bullying? A theoretical redefinition. *Developmental Review*, 34(4), 327-34. <https://doi.org/10.1016/j.dr.2014.09.001>
- Ye, L., Ferdinando, H., Seppänen, T., Huuki, T., y Alasaarela, E. (2015). An instance-based physical violence detection algorithm for school bullying prevention. 2015 International Wireless Communications and Mobile Computing Conference (IWCMC). *Institute of Electrical and Electronics Engineers*, 1384-1388.
<https://doi.org/10.1109/IWCMC.2015.7289284>

REFLEXIÓN FINAL

Hace unos años, mientras estudiaba Relaciones Internacionales, tomé clases de psicología y esas clases han sido de las mejores decisiones que he tomado, puesto que han hecho que me enamore de mi carrera. Ahora que estoy por culminarla he aprendido que escoger una carrera no es solo elegir un nombre o fijarse en las materias que vas a recibir para ver si te va a gustar o no, sino que es algo más trascendente. Hoy considero que elegir una carrera implica cumplir tus sueños, proponerse metas, verte en un futuro trabajando en lo que más te gusta, y en mi caso es eso en lo que pienso todos los días. Uno de mis pasatiempos favoritos desde niña ha sido ayudar al prójimo, sacar una sonrisa a los niños, escuchar a las personas y ser empática, siento que la psicología me da la oportunidad de seguirlo haciendo porque me permite trabajar y ayudar a las personas que en muchos casos sus problemas no han sido tomados en cuenta con la seriedad y respeto que se merecen.

A pesar de que desafortunadamente hace unos meses atrás la pandemia nos ha cambiado los planes, considero que la universidad no nos ha dejado a la deriva, siempre hemos tenido un acompañamiento y un interés por sus estudiantes. Seguir mis estudios en medio del COVID me ha hecho valorar más la compañía de mis compañeros y amigos, agradecer que si bien estamos lejos la tecnología nos mantiene conectados. Sin embargo, esta situación también ha representado un desafío en mis estudios, puesto que estudiar desde casa se ha convertido en un reto; no obstante, ha sido una oportunidad para aprender y superar mis propias barreras a través de los aprendizajes obtenidos a lo largo de mi vida universitaria.

El trabajo en equipo siempre ha sido una actividad que me ha gustado y por ende disfruto mucho, considero que tienes una visión más amplia de un tema o situación. Tener la colaboración de tus compañeros no solo es avanzar en el trabajo sino también aprender y

desarrollar habilidades transversales que son competencias comunes en la vida laboral y que integran aptitudes, valores, rasgos de personalidad, habilidades tanto personales como profesionales (París, et al., 2016). En mi grupo considero que hemos tenido la oportunidad de poner a prueba nuestros conocimientos y de desarrollar dichas habilidades.

En cuanto a mi especialización, aún no he tomado una decisión sobre qué área escoger. Me gusta el área de la psicología clínica, porque hay muchas opciones interesantes, tales como cuidados paliativos, psicooncología, duelo, terapia de pareja que tengo mucho interés en aprender. En una investigación sobre maestrías que he realizado he podido aprender que si quiero estudiar alguna de estas preferencias, Europa, es una buena opción puesto que sus universidades cuentan con las mejores maestrías en las áreas anteriormente mencionadas. Así también, otra de mis opciones es psicología educativa. Sin lugar a duda trabajar con niños ha sido algo que realmente me apasiona y que siempre he estado involucrada, por tal motivo me gustaría profundizar mis conocimientos en esta área donde se que encontrare niños que necesiten de mi ayuda.

Por otra parte, las herramientas que aprendí a utilizar considero que han sido totalmente innovadoras. Crear presentaciones en nuevas plataformas no solo ha sido divertido sino que también beneficioso para proyectos que he llevado a cabo. Estas herramientas pueden llegar a ser útiles en nuestra vida laboral, debido a que el mundo siempre está en constante innovación. Estas plataformas te permiten que el público esté más concentrado y se sienta más atraído por lo interactivo que puede a llegar hacer y por el contenido de calidad.

Finalmente, considero que la estancia en la universidad ha sido enriquecedora, es justo y necesario un agradecimiento a mis padres, amigos y personas cercanas que hicieron de esta experiencia algo inolvidable, que fueron esa fuerza de motivadora que me ayudó a salir adelante,

que alegraron esos momentos de tristeza y estrés pero que me hicieron más fuerte. Considero que hoy soy una nueva versión mejorada de mi misma y estoy feliz por lo que me he convertido y por como toda esta experiencia en la universidad ha influido en este cambio.