



# **Sesión 1:**

**¿Qué son el acoso y el ciberacoso?**

¿Si alguien se levanta ahora y pega a alguno de vosotros o vosotras, sería acoso?

¿Y si alguien te elimina o bloquea del grupo de WhatsApp donde está la gente de la clase y hace que poco a poco nadie quiera hablarte?

# ¿Qué es el cyberbullying?



[https://www.youtube.com/watch?v=SEC\\_dOWFN5M](https://www.youtube.com/watch?v=SEC_dOWFN5M)

- ¿Has visto alguna vez situaciones parecidas?
- ¿Crees que alguna de ellas es acoso o ciberacoso? ¿Por qué?
- ¿Qué personajes has visto?
- ¿Qué tipo de agresiones aparecen?

Mirando más de cerca 

¿Qué personajes hay?	¿Qué consecuencias puede tener lo que hacen?	¿Qué tipos de agresión aparecen?	¿Produce sufrimiento? Si/No

***¿Qué personajes hay?***

***¿Qué consecuencias pueden tener lo que hacen?***

***¿Qué tipo de agresiones aparecen?***

***¿Producen sufrimiento? Si/NO***

## ¿Los conflictos son acoso o ciberacoso?



- Ana y Carlota son dos mejores amigas que se han peleado en el recreo.
- Porque Ana puso de perfil en su WhatsApp una fotografía con la nueva, Cristina.
- Cristina es una chica que tiene un canal de YouTube y sube videos chulos en Musica.ly.
- A ella le cae bien Cristina, pero no entiende por qué no puede estar en la foto también.
- Esta mañana en el recreo le ha dicho a Ana: “Anda que invitáis”.
- Ana le ha respondido: ¿para qué te vamos a invitar? Siempre estás muy ocupada y no quieres hacer nunca nada.
- Carlota no ha podido evitarlo y la ha cogido por el pelo y ha empezado a llamarla mentirosa.

## ¿Los conflictos son acoso o ciberacoso?

¿Qué pensáis de lo que ha pasado entre Ana y Carlota?

- Es acoso o ciberacoso, porque.....
- No es acoso o ciberacoso, porque....



## ¿Es acoso o no?

Con todo lo que hemos aprendido, señala si la siguiente situación es o puede ser una situación de acoso:

- Óscar está un poco harto de que no cuenten con él para nada.
- Como los de la clase ven que es íntimo amigo de Carlos, "el rarito", nunca quedan con él.
- Es muy amigo de Carlos, pero quiere quedar con los de la clase.
- Ha empezado a decir que Carlos no hace nada porque su mamá no le deja e, incluso, le ha puesto un mote: Carlitos, el bebé.
- Ha dejado de ir con Carlos en los recreos y se ríe cuando otros niños le suben los calzoncillos para decirle que lleva pañal e, incluso, el otro día él mismo se los subió.
- Ahora sale con los de la clase y casi todos los días se ríen y molestan a Carlos.



¿Es acoso o no?

Caso	Sí / No	¿Por qué?
Óscar		
Otros		

## Ideas claras

- El **acoso escolar** y el **ciberacoso** pueden tener graves consecuencias.
- Aunque se piense que es una broma se **puede hacer daño** a las demás personas.
- Conductas como la agresión física están dentro del fenómeno, pero otras, como la exclusión, la suplantación o piratear también son igual de importantes.
- El **conflicto** y el **acoso** son fenómenos diferentes y debemos diferenciarlos. Los conflictos mal resueltos pueden llevar a acoso o ciberacoso.
- **Reconocer** estos problemas es necesario para poder prevenirlos e intervenir ante ellos.





# **Sesión 2:** **¿Y si fueras tú?**

¿Y si fueras tú a quien echasen del grupo de WhatsApp de la clase una y otra vez?

¿Y si fueras tú el chico o la chica a quien excluyen todos los días en el recreo?

¿Y si fueras tú el chico o la chica de la foto que subieron ayer e hicieron un meme?



<https://www.youtube.com/watch?v=ogsf6MJNjVY>

**¿Qué siente cada uno de los actores del vídeo?**

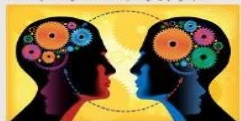
## ¿Cómo sabemos lo que siente cada personaje?

- ✓ Pensamos qué puede pensar la otra persona
- ✓ Imaginamos qué puede sentir
- ✓ Hacemos lo que creemos que le ayudará



# Empatía

## ¿Cómo hemos "sabido" lo que sienten estos personajes?



COMPRENDER

HACER



SENTIR



# ¿Qué nos transmite la tela de araña?.

Un alumno/a comenzará lanzando una madeja de lana a un compañero/a, sin soltar el hilo, dirá su nombre y algo a lo que se compromete a hacer a partir de ahora para que no pasen situaciones como las que se han trabajado

## Emociones y estados emocionales

- |                   |                 |                |                |                |
|-------------------|-----------------|----------------|----------------|----------------|
| ✓ Alivio          | ✓ Fracaso       | ✓ Lástima      | ✓ Rabia        | ✓ Superioridad |
| ✓ Angustia        | ✓ Honestidad    | ✓ Menosprecio  | ✓ Rencor       | ✓ Temor        |
| ✓ Arrepentimiento | ✓ Impotencia    | ✓ Optimismo    | ✓ Respeto      | ✓ Tristeza     |
| ✓ Confianza       | ✓ Incomprensión | ✓ Orgullo      | ✓ Satisfacción | ✓ Tranquilidad |
| ✓ Culpa           | ✓ Indiferencia  | ✓ Odio         | ✓ Seguridad    | ✓ Valentía     |
| ✓ Deprimente      | ✓ Indignación   | ✓ Preocupación | ✓ Soledad      | ✓ Vergüenza    |
| ✓ Enfado          | ✓ Ira           | ✓ Prepotencia  | ✓ Sumisión     | ✓ Venganza     |

## Reflexionando... la tela de araña



Ejemplo: Soy Carmen y a partir de hoy voy a....



La tela de araña es una estructura de las más resistentes, pero si se rompe un hilo la estructura cae. **Acabar con estas situaciones es tarea de todos**

A estas edades lo más importante es darse cuenta de que el espectador es acosador pasivo y como ya hemos dicho, es LABOR DE TODOS y este vídeo resalta ese aspecto con mucho detalle, llega a hacerte sentir mal la actitud de los acosadores pasivos. Desde aquí se puede introducir el término *Happy slapping* consiste en la grabación de una agresión física, verbal o sexual y su **difusión online mediante las tecnologías digitales**, es una práctica muy extendida que supone otra forma de acoso pasivo (o no tan pasivo si se comparte).







# **Sesión 3-4:**

## **¿Cómo hemos llegado hasta aquí?**

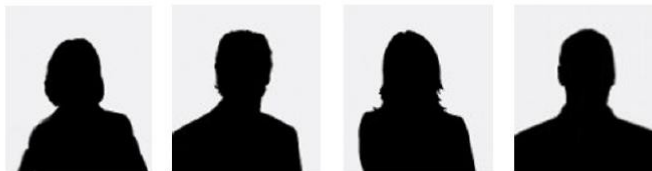
# TODO EL MUNDO LO HACE

¿Tenéis más de 500 fotografías en vuestro perfil de Instagram? ¿y más de 300 seguidores y seguidoras? Si no los tienes, ¿qué eres?

Y si alguien os mete en un grupo de WhatsApp, ¿escribís aunque no conozcáis a quienes participan?



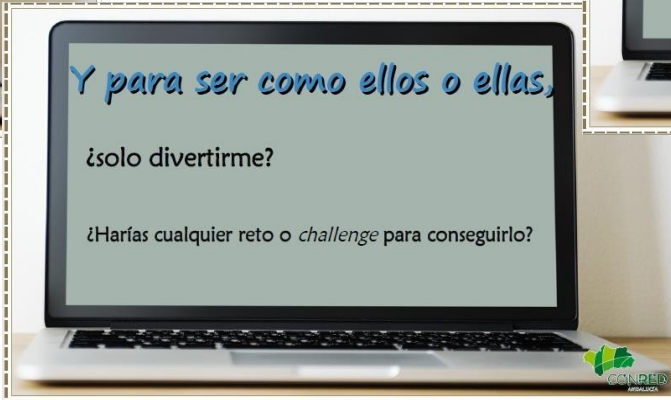
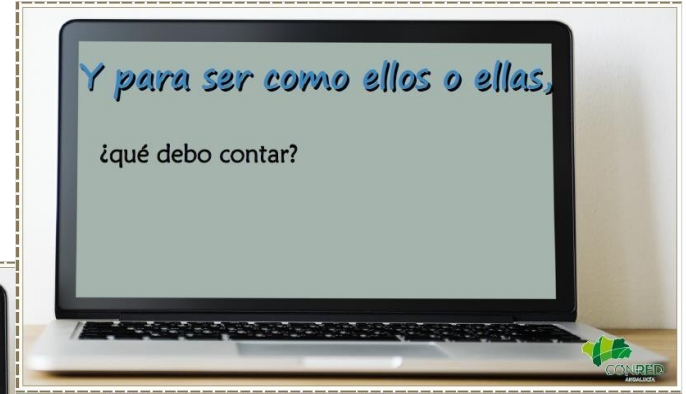
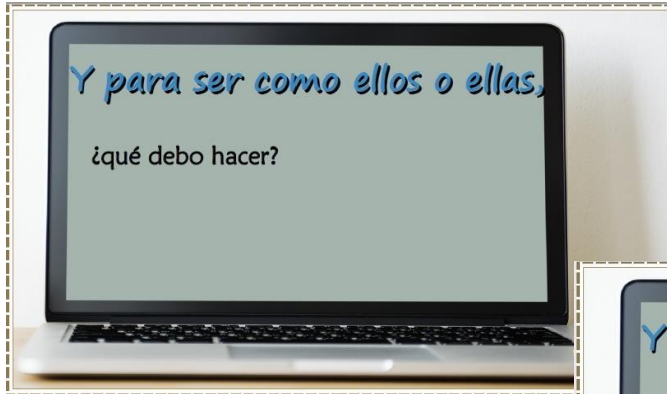
¿Te gustaría ser como ellos o ellas?



 **YouTube***rs*







- El Cejas
- Marina Yers
- Patri Jordan

## Párate a pensar



- ¿Le digo a todo el mundo por la calle quién soy y lo que hago?
- ¿Dedico más de tres horas diarias a estar delante de la pantalla de mi teléfono móvil?
- ¿Subo fotos, hago comentarios o grabo videos... por tener más seguidores o seguidoras?
- Hago cosas porque todo el mundo lo hace...



<https://www.youtube.com/watch?v=KSMJqloll7w>







**¿Los youtubers o influencers, son así o es trabajo?**

**¿Harías de todo por ser como ellos?**

**Te importaría que todas esas cosas las vieran en el futuro**



**¿Crees que eso te influye en tu trabajo en el futuro?**

**¿Quién quieres ser en internet?**

# ¿Cómo ha pasado esto?

¿Cómo ha pasado para que un chico o chica de la clase esté siempre solo y no tenga amigos ni amigas?

¿Cómo ha pasado para que haya un chico o chica con el que siempre se mete todo el mundo?

¿Cómo ha pasado para que toda la clase se ría de un compañero o compañera en las redes sociales con fotos retocadas y comentarios desagradables?



**Del sexting al acoso** <https://www.youtube.com/watch?v=oCEoXdjdPHQ>

**Reacciona contra el Bullying: discapacidad**

<https://www.fundacionadecco.org/reacciona/video/bullying-es.mp4>

# Juego de poder

**Juego de Poder: nos organizamos**

- Nos organizamos por grupos y equipos, y elegimos al narrador
- Cada grupo se coloca en torno a una mesa, con un kit de juego.
  - Dentro de cada grupo:

**Cada equipo coge**

- 1 ficha de color equipo
- 1 ficha de solución
- 12 fichas de poder

**1 Narrador o narradora**

**Listado de Eventos**

**Objetivo:** MANTENER EL MÁXIMO NÚMERO DE FICHAS DE PODER, Y SUBIR LO MENOS POSIBLE POR LA PIRÁMIDE

**Cartas de eventos**

**1 por equipo**

CONRED

Descarga el juego [aquí](#):

# Los elementos clave

## Escalada de violencia



Factores de riesgo



# Los elementos clave

## Factores protectores



### Elementos individuales:

- Expresar nuestras opiniones y sentimientos
- Decir cuando algo no nos gusta o incomoda
- Buscar ayuda y apoyo
- Etc.

### Elementos grupales

- No aceptar la violencia
- Respetar las diferencias
- Valorar a todos por igual
- Denunciar si observamos casos de violencia
- Etc.



A veces un juego se convierte en algo serio.

Valorar a todos/as y respetar las opiniones es básico para una buena convivencia

Las burlas, amenazas, aislamiento o exclusión no son parte de una buena relación

Es importante estar atento a lo que no nos gusta y pedir ayuda.



# **Sesión 5:** **Tierra trágame.**

En un grupo de WhatsApp, ¿quién  
puede pensar "tierra, trágame"?

¿por qué?

¿Y en el recreo?

¿Y en clase?



<https://www.youtube.com/watch?v=4hYsaXDJH84>

<https://www.ciberbullying.com/cyberbullying/casos-de-ciberbullying>

## Casos reales



- En grupos, busca **casos reales** de acoso y/o ciberacoso: **noticias**, **videos**, etc.
- Al menos, **5** casos.



## ¿Echamos una mirada crítica?



<i>Roles</i>	<i>Consecuencias</i>
Víctima	
Agresor o agresora	
Víctima-agresor o víctima-agresora	
Espectadores o espectadoras: <ul style="list-style-type: none"><li>- Colaborador o colaboradora del agresor o agresora</li><li>- Animador o animadora</li><li>- Neutrales</li><li>- Defensor o defensora de la víctima</li></ul>	
Profesorado	
Familias	
Otros	



# El miedo

<https://youtu.be/O3mG0twDmHU>



- Hay que romper la **LEY DEL SILENCIO**
- **EL SILENCIO** es el que mantiene el acoso




# **Sesión 6:** **¿Y qué hago?.**



## Corto ganador del 1º premio del concurso contra el ciberacoso "Con mi móvil, no"

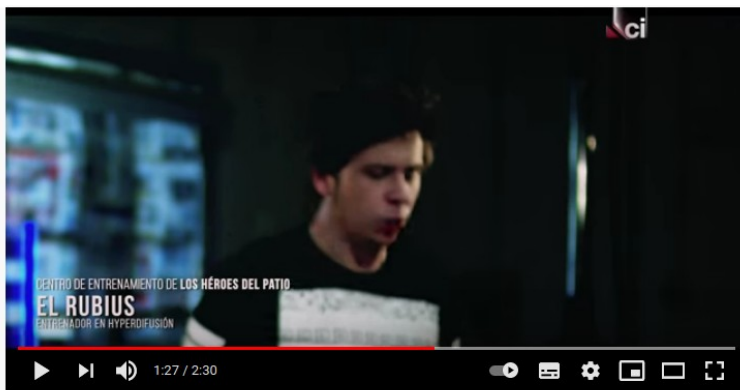
[https://www.youtube.com/watch?v=\\_EC8PAMayGo](https://www.youtube.com/watch?v=_EC8PAMayGo)

### ¿Y tú qué harías?

1. Vamos a dividir la clase en **grupos**.
2. En cada grupo se reparten los roles de: **víctima**, **agresor** o **agresora** y **personas espectadoras**.
3. A cada grupo se le asigna un **tipo de agresión**:
  - **Agresión física**: pegar, zancadillear, empujar, robar...
  - **Agresión psicológica**: criticar continuamente, hacer sentir a la otra personas inferior, amenazar...
  - **Agresión verbal**: burlarse de alguien, poner motes...
  - **Agresión social**: excluir, ignorar, discriminar...
  - **Ciberagresión verbal**: burlarse de alguien, poner motes... a través de WhatsApp o redes sociales
  - **Ciberagresión social**: excluir o ignorar en grupos sociales, crear grupos paralelos para criticar a alguien... 

### ¿Y tú qué harías?

1. ¡A **interpretar!**
2. Después, **cada grupo** pensará en estas preguntas y un/a **representante** de cada grupo responderá:
  - *¿Qué situaciones hemos interpretado? ¿Qué tipo de agresión es?*
  - *¿Cómo ha actuado la víctima?*
    - *¿Cómo ha actuado el agresor o agresora?*
      - *¿Cómo han actuado las distintas personas espectadoras?*
      - *¿Cómo crees que puede terminar esta historia?*
      - *¿Qué harías realmente en esta situación?*
        - *¿De qué manera se puede responder?*



Save the Children

<https://www.youtube.com/watch?v=pmhXBNgeC1I>

## ¿Cómo podemos hacer frente al acoso y el ciberacoso?

Estrategia	1	2	3	4	5
1. Pido ayuda de profesionales (profesorado, orientación psicológica...)					
2. Me voy o apago el móvil o el ordenador para evitar problemas					
3. Hago lo que creo que tengo que hacer para solucionar el problema					
4. Pido a un amigo o a una amiga que me ayude a resolver el problema					
5. Busco a la persona responsable y hablo con ella para que cambie su comportamiento					
6. Busco ayuda de un familiar					
7. Intento hacer algo para no pensar en el problema: ver la tele, jugar, escuchar música, leer, hacer deporte...					
8. Pienso en mis cosas para intentar no pensar en el problema					
9. Sé que debo hacer algo para parar la situación					
10. Le cuento a alguien cómo me siento					
11. Intento olvidar lo que me está pasando					
12. No paro hasta que resuelvo el problema					



# ¿Cómo actuar ante el ciberacoso?

Ignora, bloquea, pide ayuda y denuncia

<https://www.youtube.com/watch?v=tVAjijNzYq0>



**¿Pero esto no es malo?**

Amenazas      Insultos  
Lesiones  
Malos tratos      Piratear  
Suplantar identidad  
Difusión imágenes

**Teléfono de asesoramiento sobre Convivencia Escolar:**

Teléfono gratuito de asesoramiento sobre Convivencia Escolar.  
Lunes a viernes de 09:00 a 14:00 hs  
**900 102 188**

<https://www.youtube.com/watch?v=tVAjijNzYq0>

**CONRED**  
ANDALUCÍA