

CURSO ACADÉMICO: 2019-2020  
CONVOCATORIA: MAYO 2020

*REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA  
DE PLANES DE  
PREVENCIÓN DEL  
BULLYING Y PROPUESTA  
DE INTERVENCIÓN*

DIRECTOR: OLGA LOPÉZ DE DICASTILLO SAINZ DE  
MURIETA

TITULACIÓN: GRADO EN ENFERMERÍA

AUTOR: NURIA GAMIO LACALLE

## **AGRADECIMIENTOS**

Me gustaría agradecer, en primer lugar, la ayuda que me ha prestado Olga, mi tutora del TFG, que me ha estado guiando y apoyando durante este largo camino.

También, me gustaría agradecer a todo el profesorado de la Facultad de Ciencias de la Salud de la UPNA, porque ellos han hecho posible que adquiriera las herramientas y recursos necesarios para poder llevar a cabo la realización de este trabajo.

Por último, quiero decir que en la realización de este TFG he invertido mucho esfuerzo y he disfrutado mucho haciéndolo. Espero que ustedes también disfruten de su lectura.

Gracias.

## RESUMEN

El *bullying* en la infancia es un problema de salud pública que ha aumentado en los últimos años y, que genera graves repercusiones en la salud, tanto inmediatas como a largo plazo para la víctima y el acosador. Por ello es importante concienciar sobre la importancia de diseñar programas de prevención. Este Trabajo de Fin de Grado tiene dos objetivos por un lado realizar una revisión de los programas de prevención existentes para niños en edades temprana y por otro diseñar una intervención con el fin de desarrollar un plan de prevención destinado a la reducción del *bullying*. Tras realizar un análisis de los programas de prevención, se concluyó que estos son escasos. Los que se han revisado se sustentan en el desarrollo de habilidades sociales por parte de los niños participantes. Estos programas han mostrado efectividad en la adquisición de estas habilidades y en la prevención del *bullying*. Utilizando los hallazgos, se ha diseñado un programa de prevención para implementarla en niños de 6 años cuyo objetivo es fomentar el desarrollo de habilidades sociales.

Número de palabras: 10438.

Palabras claves: *Bullying*, preescolar, habilidades sociales, programas de prevención

## ABSTRACT

Childhood *bullying* is a health public problem that has increased in the last years. *Bullying* produces severe immediate and long-term health consequences for both the victim and the bully. That is why it is essential to raise awareness about the importance of this kind of prevention programs. The objective of this TFG is on the one hand make a revision of the current prevention programs for young children and in the other hand make an intervention with the purpose of develop a prevention plan. After the analysis of the prevention programs, it is concluded that this kind of programs are scarce. The programs reviewed were based on the development of social skills in children, showing positive result in the achievement of this type of skills and in the prevention of bullying. Using these findings, it was designed a prevention program for 6 years old children, aiming at the development of children's social skills.

Keywords: *Bullying*, preschool children, social skills, prevention programs

## Tabla de contenido

AGRADECIMIENTOS.....	ii
RESUMEN .....	iii
ABSTRACT.....	iii
1.INTRODUCCIÓN .....	1
2. OBJETIVOS.....	8
3. METODOLOGÍA .....	9
4. RESULTADOS .....	11
5. DISCUSIÓN .....	16
6. CONCLUSIONES .....	22
7. PROPUESTA TEÓRICA DE TRABAJO.....	23
7.1. IDENTIFICACIÓN DEL PROBLEMA Y DESARROLLO.....	24
7.1.1. OBJETIVOS. ....	24
7.1.2. GRUPO DIANA.....	25
7.1.3. CONTENIDOS .....	26
7.1.4. ACTIVIDADES.....	27
7.1.5. EVALUACIÓN.....	33
7.1.6. RECURSOS.....	36
7.1.7. COSTES.....	36
7.2. INNOVACIÓN.....	37
8. CONCLUSIONES .....	37
<b>9. BIBLIOGRAFÍA.....</b>	<b>38</b>
APÉNDICE .....	43
APÉNDICE 1 .....	44
ARTÍCULOS INCLUIDOS.....	44
APÉNDICE 2 .....	51
ARTICULOS EXCLUIDOS .....	51
APÉNDICE 3 .....	52
APÉNDICE 4 .....	53
APÉNDICE 5 .....	55
APÉNDICE 6.....	56

## **INDICE DE FIGURAS**

Figura 1: Formas de abuso. Fuente (Save the children, 2014) .....	1
Figura 2: Prevalencia del <i>bullying</i> . Fuente (Save the children, 2014) .....	3
Figura 3: Número de artículos seleccionados. Fuente (Elaboración propia) .....	10
Figura 4: Proceso de adquisición de life skills. Fuente (Elaboración propia) .....	23
Figura 5: Cronograma de trabajo. Fuente (Elaboración propia) .....	29

**INDICE DE TABLAS**

Tabla 1: Palabras claves. Fuente (Elaboración propia)..... 9

Tabla 2: Criterios de selección y exclusión. Fuente (Elaboración propia).  
..... 11

## 1.INTRODUCCIÓN

El *bullying* escolar es una forma de abuso, que puede ser físico, psicológico o verbal. Entre las formas de agresión verbal, la más común son los insultos indirectos; en las agresiones físicas, lo que más predomina son los golpes físicos; y, a nivel psicológico, la forma de abuso más extendida es la exclusión (Ver Figura 1) (Save the children,2014). Actualmente, existe una nueva forma de abuso que es el *ciberbullying*; que consiste en usar los diferentes medios tecnológicos con el fin de publicar o mandar mensajes amenazantes a otras personas (Beran & Li, 2008).

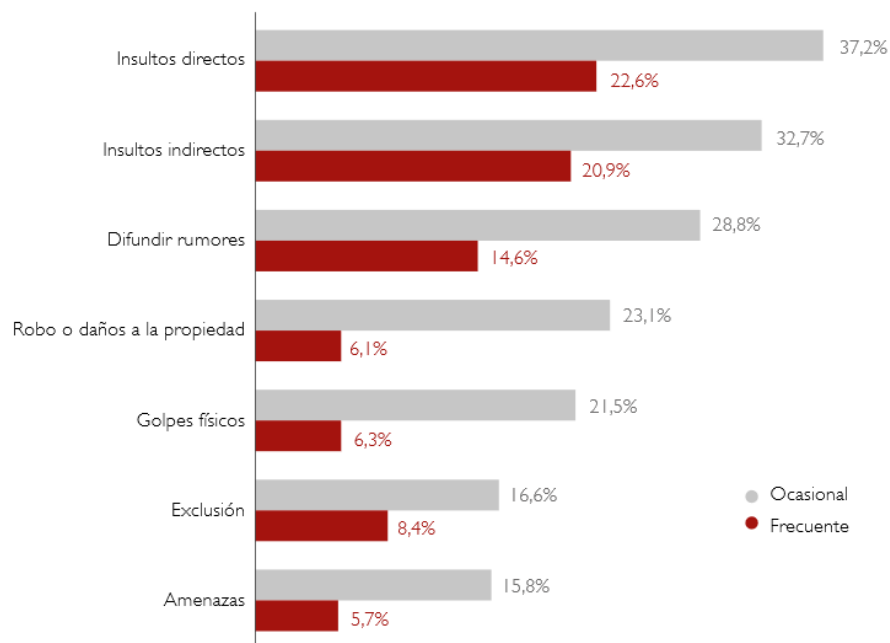


Figura 1: Formas de abuso. Fuente (Save the children, 2014)

Además, el *bullying* escolar se caracteriza por que una persona abusadora ejerce una conducta de poder sobre una víctima con la intención de hacerle daño de forma reiterada. En esto, el entorno será fundamental para determinar los factores de riesgo y de protección (Loredo et al., 2008). Está demostrado que los factores de riesgo para sufrir *bullying* son: baja popularidad entre sus compañeros, temperamento débil y tímido, baja autoestima, estar sobreprotegido por la familia etc. (Oñederra, 2008).

Se puede decir que el *bullying* es un fenómeno que vulnerabiliza el desarrollo saludable y el bienestar psicosocial de niños y adolescentes en edad escolar (M. A. I. Silva et al., 2017), por lo que las consecuencias del *bullying* se pueden observar no solo en el momento de la agresión sino también a largo plazo (Sierra, 2012).

Entre las consecuencias a corto plazo que sufre la víctima encontramos ideación suicida, ansiedad, fobia escolar (no tener ganas de ir al colegio), tristeza, llanto y, además, pueden darse somatizaciones como vómitos, diarreas y dolor abdominal (Sierra, 2012). A largo plazo las personas acosadas tienen más tendencia a desarrollar problemas psicológicos (baja autoestima, aislamiento), abuso de drogas, disturbios emocionales y síntomas de enfermedades crónicas (Loredo et al., 2008). Pero no solo el *bullying* tiene repercusiones en la víctima sino también en el agresor. Estos últimos tienden a sufrir conductas anti sociales y delictivas, bajo rendimiento escolar, relaciones sociales negativas, nula autocrítica etc. (Oñederra, 2008).

Respecto a la prevalencia del *bullying*, como se observa en la Figura 2, se estima que el 8,1% de los niños y adolescentes sufren *bullying* en España. De acuerdo con el plan de salud de Navarra de 2014-2020 el 34% de los chicos y el 8% de chicas entre 11 años y 16 años sufren *bullying* (José Lasanta Sáez M<sup>a</sup> Isabel Sobejano Tornos & Gorricho Mendivil Itxaso Mugarra Bidea Luis Gabilondo Pujol, 2014). Otros informes presentan cifras más alarmantes que indican que 1/3 de los adolescentes han sufrido en algún momento *bullying* (Unesco,2018).



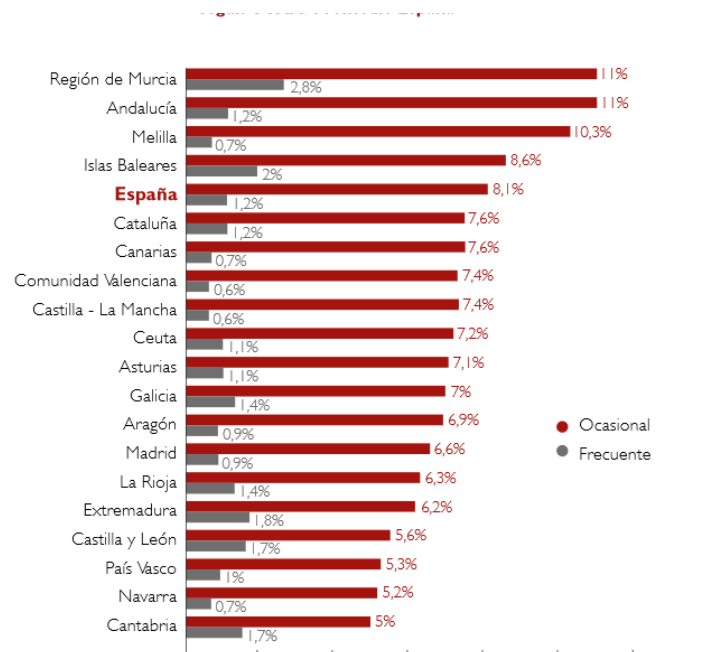


Figura 2: Prevalencia del bullying. Fuente (Save the children, 2014)

Con respecto al *bullying* preocupan dos aspectos; el aumento del número de casos en los últimos años y las terribles consecuencias que el *bullying* ocasiona en quien lo sufre. Por ello, es necesario realizar planes de prevención que disminuyan tanto su incidencia como su prevalencia. Estos programas se deberían aplicar cuanto antes, ya que cada vez se adelanta más la edad de inicio de *bullying* (Loredo et al., 2008). La etapa preescolar sería así la etapa ideal para desarrollar programas de prevención del *bullying* o en caso de que se presentase más adelante, dotar a los niños de recursos que los hagan capaces de identificarlo y saber cómo reaccionar ante él.

Los primeros estudios acerca del *bullying* se desarrollaron en los años 70 por el psicólogo noruego Dan Olweus quien comenzó a desarrollar los primeros programas de prevención. A raíz de esa investigación se comenzaron a realizar diferentes estudios en países de habla inglesa. Sin embargo, no es hasta el año 2004, cuando en España comienza a ver concienciación sobre la presencia de *bullying* en las aulas. Esto se produce a raíz del suicidio de un adolescente de 14 años en el País Vasco (Balarezo López & Balarezo Galarreta, 2014). Dado que en España comenzaron hace poco tiempo con la investigación, todavía no existen muchos estudios españoles acerca de la prevención del *bullying* y la herramienta principal que se utiliza frente al *bullying*

son programas de intervención, que varían en función de cada comunidad. En el Apéndice 3, se puede observar el programa de intervención de Navarra.

Es interesante resaltar que, a pesar del escaso desarrollo de programas de prevención en España, en algunos colegios españoles, se ha comenzado a implementar dos planes de prevención, que están demostrando gran efectividad: el programa TEI (Tutorías entre pares) cuyo objetivo es la prevención del acoso escolar y está dirigida a estudiantes de secundaria. Para la consecución de ese objetivo, se desarrollan una serie de estrategias destinadas a la mejora del clima escolar y de la convivencia escolar. Se define como clima escolar la calidad de interacción entre estudiantes, docentes, padres y personal del ámbito escolar que refleja los objetivos y valores que defiende la escuela. Este programa ha demostrado ser muy efectivo para la mejora del clima escolar lo que repercute positivamente en la disminución del *bullying* (Ferrer-Cascales et al., 2018); y, el Plan Nacional para la Prevención del Acoso Escolar que ha sido desarrollado por la Asociación Española para la Prevención del Acoso Escolar, que consiste en un programa integral, que cuenta con la participación de padres y profesores. El objetivo es conseguir prevenir la aparición del *bullying* a través de charlas que sensibilicen sobre ese tema y juegos en grupo. Este programa ha demostrado resultar de gran utilidad para reducir el *bullying* (A.E.P.A.E, 2015)

Un aspecto básico para diseñar programas de prevención en niños es tener en cuenta la edad y la etapa del desarrollo en la que se encuentran los niños a los que se vaya a dirigir dicho programa. En el caso de la prevención, la etapa ideal para la implementación de los programas de prevención sería la preescolar y el comienzo de la escolar. Esto incluiría a niños de entre 2 y 7 años que de acuerdo con la teoría de Piaget se encuentran en la etapa preoperacional del desarrollo. En esta edad el niño empieza a relacionarse con los demás, tienen un pensamiento egocéntrico (el niño piensa de acuerdo con sus experiencias individuales, y actúan de manera más intuitiva), tienen mucha curiosidad y preguntan el porqué de todo (Meece,2000). A partir de los dos años los niños son capaces de reconocerse cuando se ven en un espejo (Whitman & Posner, 2001) y a partir de los 3 años los niños son capaces de

ver si sus actos son buenos o malos y se sienten orgullosos de haber logrado realizar tareas difíciles (Cepa Serrano, 2016).

En esta etapa, para conseguir estimularles y facilitar la comunicación entre adultos y niños, la práctica del juego simbólico (que permite el desarrollo de destrezas) y potenciar la exploración a través de colores llamativos son recursos de gran utilidad (Meece,2000).

Existen diferentes teorías que explican por qué se puede producir el *bullying*. La mayoría de estas teorías abordan el *bullying* desde un punto de vista psicosocial: entre estas teorías encontramos la teoría de las habilidades sociales que se basa en que hay un déficit en las habilidades sociales (Oñederra, 2008); la teoría de la mente que se refiere a “la habilidad que poseen las personas para atribuir estados mentales a ellos mismos o a otros, con el objeto de explicar y predecir la conducta. Los agresores planean meticulosamente sus ataques, para conseguir que la víctima se sienta agredida y los observadores lo aprueben” (Oñederra, 2008); la teoría conductista que considera que el *bullying* es el resultado del aprendizaje por imitación de modelos violentos, y, además, “la observación de un modelo que es recompensado por su conducta violenta disminuye la inhibición propia y habitual para actuar de la misma forma” (Oñederra, 2008); la teoría psicoanalítica que se refiere a que el individuo porta dentro de sí lo que se denomina pulsión de la muerte que es la energía suficiente para destruir a su semejante y a sí mismo (Oñederra, 2008); y ,finalmente, la teoría frustración-agresión, que describe que “ la conducta agresiva es el resultado de la no satisfacción de las necesidades básicas, así como de la frustración incontrolada por deseos o necesidades no básicas” (Oñederra, 2008).

Las teorías mencionadas anteriormente ponen de relieve que abordar el desarrollo de habilidades sociales, interpersonales, emocionales y cognitivas podría contribuir a la prevención y abordaje de *bullying*. Este conjunto de habilidades ha sido denominado por la OMS con el término “habilidades para la vida” que se define como la habilidad para adaptarse y el comportamiento positivo para lidiar con las demandas y los retos del día a día (WHO, 2009).

El desarrollo de las habilidades para la vida en la infancia permite el desarrollo de la socialización, la asertividad, la capacidad de resolver conflictos y la creación de vínculos con los pares (McGinnis & Goldstein, 1990). La mejora de la socialización de los niños permite al niño desarrollar destrezas para una socialización eficaz, como ser capaz de dar las gracias o ser capaz de iniciar una conversación; el desarrollo de la asertividad permite al niño expresar lo que necesita y lo que siente; el desarrollo de habilidades para resolver conflictos evita la instauración de situaciones problemáticas y el desarrollo del autocontrol; y, finalmente, el desarrollo de vínculos sociales con sus pares permite establecer relaciones positivas con ellos.

En el trabajo de estas habilidades hay que tener en cuenta la etapa de desarrollo en la que se encuentra el niño. Por un lado, los niños en edad preescolar comienzan a desarrollar el proceso de socialización, y fomentar en ellos el desarrollo de habilidades para la vida por medio de actividades concretas puede ayudar a su crecimiento personal (McGinnis & Goldstein, 1990). Por otro lado, aquellos niños que presentan un déficit en estas habilidades, tienen una mayor desadaptación en la escuela (McGinnis & Goldstein, 1990).

El trabajo de desarrollo de habilidades para la vida con el fin de prevenir el *bullying*, se ha enmarcado en tres teorías, en concreto la teoría del aprendizaje social, la de la influencia social y la resolución cognitiva de problemas (Whitman & Posner, 2001).

En la primera de ellas, la **teoría del aprendizaje social**, el desarrollo de habilidades no solo depende del comportamiento externo, sino también del interno, como la autoeficacia. Así, se plantea que los niños aprenden a través de la observación y teniendo a alguien que les indique cómo comportarse, de las consecuencias que surjan de su comportamiento, la respuesta que tienen los demás frente a él y de la propia autoeficacia percibida por el niño, es decir, la confianza en sus propias capacidades. Por lo tanto, la aplicación de esta teoría a programas para el desarrollo de habilidades implicaría combinar la observación, la interacción social y la autoeficacia (Whitman & Posner, 2001).

De acuerdo con la segunda, la **Teoría de la influencia social**, los niños bajo la presión de grupo adoptan conductas de riesgo. Los programas que tienen en cuenta esta teoría pretenden anticiparse a esas presiones antes de que sean expuestos a ella (Whitman & Posner, 2001).

Finalmente, la **resolución cognitiva de problemas**, se basa en la teoría de que la enseñanza de "habilidades interpersonales de solución cognitiva del problema en niños pequeños, puede disminuir y prevenir conductas inhibidas e impulsivas" (Whitman & Posner, 2001). El desarrollo de habilidades va enfocado a ser capaz de encontrar soluciones a los problemas interpersonales y a entender las consecuencias de las conductas; de esta forma se conseguirá que tengan mayor resistencia a la frustración y mayor capacidad de solución de conflictos (Whitman & Posner, 2001).

Otro aspecto que se debe tratar cuando se habla del *bullying* es del papel que tiene la enfermería en la elaboración de los programas de prevención. Varios estudios llevados a cabo por enfermeros evidencian el rol fundamental que las enfermeras pueden desempeñar a la hora de realizar la organización y planificación de las actividades preventivas del *bullying* (M. A. I. Silva et al., 2017).

La enfermera es uno de los profesionales de la salud que está presente en todas las fases de la vida del niño. Entre las funciones de la enfermera se encuentra la promoción de la salud (Artículo 53, Real Decreto 1231/2001, de 8 de noviembre), y, por lo tanto, la elaboración de estrategias *anti-bullying* entraría dentro de sus competencias, al influir el *bullying* de manera sustancial en la salud y el bienestar de los niños y adolescentes implicados. Además, las enfermeras que trabajan con la población pediátrica en el seguimiento de salud infantil tienen la oportunidad de establecer un vínculo con el niño que permite el abordaje de su salud de manera integral y, por lo tanto, el planteamiento de actividades *anti-bullying*.

En varios contextos nacionales e internacionales en los que existe la figura de la enfermera escolar, el profesional puede hacer valoraciones integrales del entorno, detectar factores de riesgo y plantear planes específicos para las características del alumnado del colegio (Encinar et al., 2015).

Para concluir, debido a las repercusiones que el *bullying* genera en aquellos que lo padecen y la tendencia al alza del *bullying*, este Trabajo de Fin de Grado se centrará en la prevención del *bullying* en niños de 2 a 8 años.

## **2. OBJETIVOS**

Este trabajo tiene el doble objetivo de por un lado identificar los programas de prevención del *bullying* que se han llevado a cabo en el contexto escolar con niños menores de 8 años, y por otro, diseñar un programa de prevención del *bullying* para ese grupo de edad adaptado al contexto local y que pueda ser implementado por enfermeras.

### 3. METODOLOGÍA

Para poder dar respuesta a los objetivos de este trabajo se realizó en primer lugar una revisión de la literatura que tuvo lugar entre los meses de noviembre de 2019 y marzo de 2020 con el fin de seleccionar los artículos con los que posteriormente se trabajaría.

Para la realización de las búsquedas se utilizaron las siguientes bases de datos: Pubmed y PsycINFO. En ambas bases de datos, se empleó la opción de búsqueda avanzada y se combinaron las siguientes palabras claves traducidas al inglés y sus sinónimos: “*Bullying*”, “*Prescolar*,” “*Intervención*”, “*Prevención*”, “*Habilidades sociales*” combinada con los operadores booleanos “*AND*” y “*OR*”. En la Tabla 1 se reflejan las palabras claves empleadas.

Tabla 1: *Palabras claves. Fuente (Elaboración propia)*

<b>BULLYING</b>	<b>PRESCHOOL CHILDREN</b>	<b>INTERVENTION</b>	<b>SOCIAL SKILLS</b>
Victimization	Early Childhood	Prevention	Social Competence
		Early Intervention	

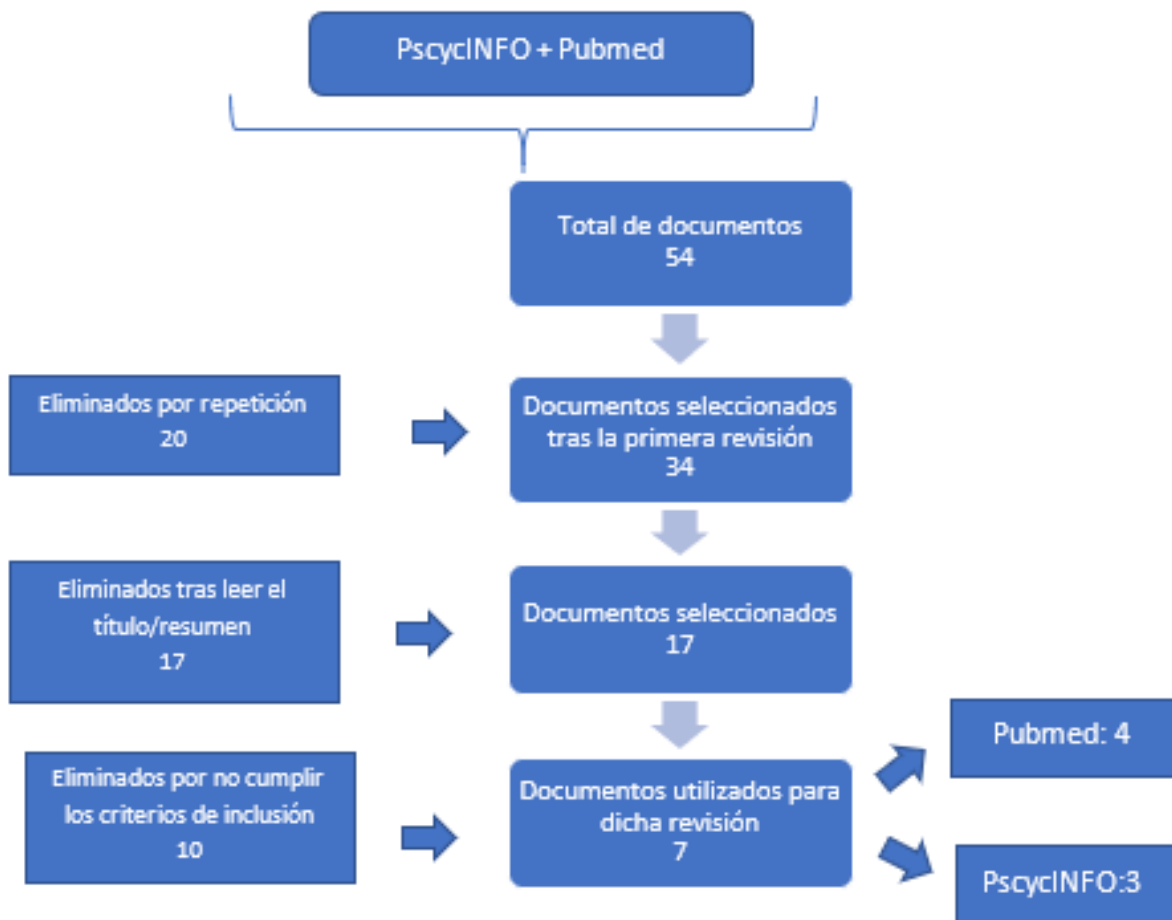


Figura 3: Número de artículos seleccionados. Fuente (Elaboración propia)

Las búsquedas permitieron identificar un total de 54 artículos. La lectura del título y del resumen permitió la selección de 17 artículos de interés para esta revisión. Sin embargo, tras aplicar los criterios de inclusión y exclusión indicados en la Tabla 2, solo se seleccionaron 4 trabajos en Pubmed y 3 en PscycINFO (ver Figura 3 en la que se detalla el proceso de selección)

A continuación, en la Tabla 2, se exponen los criterios de inclusión y exclusión que se han tenido en cuenta para la selección de artículos, con el fin de realizar la revisión bibliográfica.



Tabla 2: Criterios de selección y exclusión. Fuente (Elaboración propia).

CRITERIOS DE INCLUSIÓN	CRITERIOS DE EXCLUSIÓN
Edad de los participantes: desde 2 años hasta 8 años inclusive	Edad de los participantes: Mayor o igual a 9 años
Que se exponga un plan de prevención <i>anti-bullying</i> o que sea una revisión de planes de prevención	No hay opción de obtener el texto completo
Que se refleje las repercusiones que tiene la aplicación del programa <i>anti-bullying</i>	No se refleja ningún tipo de plan de prevención
Que se expongan, las herramientas con las que se evalúan los programas	

Los artículos que se han incluido y excluido se muestran en Tablas incorporadas en los Apéndices 1 y 2 respectivamente. En esas Tablas se resumen las características principales de cada artículo incluido y en el caso de los trabajos excluidos el motivo de la exclusión.

#### 4. RESULTADOS

Un total de 7 publicaciones fueron analizados para este trabajo. Todas ellas concluyeron que, desarrollando actividades dirigidas a fomentar las habilidades sociales, se consigue reducir la incidencia de *bullying*.

Los trabajos analizados son metodológicamente de dos tipos: intervenciones para prevenir el *bullying* o revisiones de intervenciones al respecto. Un total de 4 trabajos son del primer tipo (Heydenberk,2007; Clarkson et al, 2016; Cerezo Ramírez y Sánchez Lacasa,2013), siendo uno de ellos la presentación de un protocolo de investigación a desarrollarse en el futuro que no presenta resultados (Clarkson et al, 2016) y 3 son revisiones de la literatura (Levine and Tamburrino,2013; Leff and Waasdrop,2013; Saracho, 2017).

Los trabajos revisados proceden del mundo anglosajón principalmente de Estados Unidos (Heydenberk, 2007; McCormac 2014) y Reino Unido (Clarkson et al, 2016), con uno de ellos realizado en España (Cerezo Ramírez y Sánchez Lacasa,2013). Las intervenciones tuvieron una duración mínima de un año (Cerezo Ramírez y Sánchez Lacasa, 2013; Clarkson et al,2016), con una de ellas extendiéndose 4 años (McCormac,2014).

El número total de niños que participaron en las intervenciones varió entre 23 y 71, y estaban dirigidas a niños entre los dos (Heydenberk,2007) y los nueve años (Cerezo Ramírez y Sánchez Lacasa,2013). Todas las intervenciones se llevaron a cabo en el contexto escolar, concretamente en colegios públicos, y las intervenciones incluyeron sesiones formativas para profesores.

Todos los estudios se han centrado en el abordaje de las habilidades sociales para la prevención del *bullying*. Sin embargo, no todos los autores se aproximan a ellas de la misma forma. Algunos autores se han centrado en valorar el éxito de las intervenciones midiendo la prevalencia de *bullying* en relación con la aplicación del plan de prevención (Cerezo Ramírez y Sánchez Lacasa,2013; McCormac,2014); mientras que otros han abordado las habilidades sociales, de forma más positiva, considerando los beneficios que proporcionan, no solo para la prevención del *bullying*, sino también, para mejorar la expresión de sentimientos (Heydenberk, 2007; Levine and Tamburrino,2013), para la adquisición de conocimientos para solucionar problemas (Heydenberk,2007; Leff and Waasdrop,2013; Levine and Tamburrino,2013), y, por último, para la mejora de las interacciones sociales (Saracho,2017).

Para el abordaje de estas habilidades sociales se proponen diferentes métodos como el *Check in*, que consiste en expresar lo que se siente en ese momento (Heydenberk,2007); el *Peaceful being*, que es una terapia grupal en la que se recorta una figura y se comentan comportamientos positivos y negativos buscando alternativas para lo negativo (Heydenberk,2007); el círculo de resolución de conflictos por el que los participantes, sosteniendo un aro, buscan soluciones a un

problema (Heydenberk,2007); y los diarios de la paz, en los que los estudiantes escriben palabras y dibujan comportamientos pacíficos (Heydenberk,2007).

Las intervenciones fueron implementadas por profesionales del ámbito educativo (McCormac,2014; Heydenberk,2007; Clarkson et al ,2016) o psicólogos de la educación (Cerezo Ramírez & Sánchez Lacasa, 2013).

Se proponen diferentes intervenciones para llevar a cabo la prevención del *bullying*.

- **Basada en el programa CIP:** Este programa consiste en concienciar sobre el problema del *bullying*, analizarlo, elaborar un programa, darlo a conocer, actuar y evaluar el resultado. Para realizar este programa previamente se entrenó a personal específico. Se realizaron 2 fases: una que constó de seis sesiones que consistieron en la realización de trabajos en grupos e individuales cuyo objetivo fue abordar las emociones y el autoconocimiento, y la segunda, que consistió en evaluar los resultados de la primera (Cerezo Ramírez y Sánchez Lacasa,2013).
- **Basado en el programa KIVA:** Esta intervención propone incidir en las habilidades, comportamientos y actitudes de la clase y en el ambiente del colegio. Se proponen unidades diferentes de teoría e incluiría también clips de películas, debates y ejercicios cuyo uso dependerá del grupo con el que se trabaje. También, pretende utilizar juegos online, que pueden desempeñarse desde casa. En este caso, se proporcionará formación tanto a los padres como a los profesores (Clarkson et al,2016).
- **Basado en programa “Pasos para el respeto”:** Consiste en el desarrollo de habilidades sociales y en la lectura de un libro para poder llevarlo a cabo. También incluye formación destinada a los profesores, administrativos y directores. Este trabajo, sin embargo, no concreta como llevar a cabo el desarrollo de habilidades sociales (Mc Cormac, 2014).

Las herramientas de evaluación que se han utilizado en los distintos estudios para valorar la efectividad de los programas revisados han consistido principalmente en

test validados o cuestionarios de elaboración propia con preguntas cerradas. En concreto los autores han utilizado:

- **Test Bull-S:** este test se utilizó para evaluar las relaciones socio-afectivas (Cerezo Ramírez & Sánchez Lacasa, 2013). Se trata de un cuestionario de 15 preguntas. En este test, se valoraron 4 aspectos de las situaciones conflictivas: Posición sociométrica (popular, aislado, rechazado, promedio y controvertido), implicación en *bullying* (agresor, víctima, víctima-agresor), aspecto situacionales del maltrato (forma, lugares y frecuencia), y la gravedad con la que los alumnos valoraban la situación, así como la percepción de seguridad que tienen del centro escolar (Cerezo Ramírez & Sánchez Lacasa, 2013). Este test se utilizó en niños de 8-9 años.
- **Entrevistas** individuales a niños y profesores. En el caso de los alumnos se evaluó si habían sufrido alguna vez *bullying* y cómo lo habían resuelto; tras la aplicación del plan de prevención los alumnos debían contar historias en las que se describían distintos escenarios y en los que creaban ilustraciones sobre el uso de sus nuevas habilidades (Heydenberk,2007).
- **Escala para la medición del ambiente de la clase:** se utilizó una escala tipo Likert con preguntas específicas, las cuales se valoraban sobre 4 puntos. Los autores no concretan las preguntas que utilizaron (Heydenberk,2007).
- **Cuestionarios de diseño propio:** se utilizaron cuestionarios para evaluar los propios programas de intervención. En uno de ellos se recogió información proveniente de los profesores con el fin de identificar los 3 cambios de comportamiento más importantes en los niños, así como las 3 estrategias más útiles de la intervención realizada (Heydenberk,2007). En otros se incluyeron preguntas destinadas a valorar el programa, y estas eran : ¿cada cuánto ocurre el *bullying* y dónde?, ¿supieron los estudiantes cómo responder al *bullying*?, ¿los estudiantes que denunciaron el *bullying* se sienten escuchados y tomados en serio por los adultos?, ¿qué porcentaje ha sido asesorado frente a las situaciones de *bullying* y a quién se le ha asesorado?, ¿los libros que se leen para el programa son útiles? y

¿qué es lo que opinan los profesores del programa de prevención? (McCormac,2014).

- **Cuestionario de Fortalezas y Dificultades:** se utilizará para medir la salud mental de los niños y su buen comportamiento y podrá ser completado por niños desde 4 años. Se valorará 5 aspectos: hiperactividad, dificultades emocionales, relaciones entre iguales y comportamiento social durante seis meses. Se responderá con cero=no es verdad, uno= a veces cierto, dos= es cierto (Clarkson et al., 2016).

Por otro parte, de las tres revisiones bibliográficas analizadas (Levine and Tamburrino,2013; Leff and Waasdrop,2013; Saracho, 2017), se extraen que los programas más efectivos son aquellos que son programas multicomponentes, desarrollados en colegios y que tienen como objetivo reducir las agresiones y el *bullying* en diferentes escenarios. Estos programas tienen en cuenta el ambiente de la clase, establecen normas en todo el colegio e incluyen formación para los padres e incremento de la supervisión en los recreos. Otros autores destacan la importancia de afrontar el *bullying* a través de medidas disciplinarias, pero no concretan cuáles serían las medidas a adoptar

Los programas *anti-bullying* que parecen más exitosos son aquellos desarrollados en niños pequeños (Saracho,2017). Las intervenciones en edades tempranas pueden ofrecer habilidades sociales y emocionales que les ayuden a desarrollar los comportamientos positivos y evitar el *bullying* (Saracho,2017). Estos programas permiten desarrollar valores, enseñando a los niños a sentir empatía por los niños que sufren *bullying*. Además, permiten desarrollar la capacidad de controlar emociones negativas y la habilidad de solucionar conflictos (Saracho, 2017).

Las intervenciones que reflejaron más efectividad fueron aquellas que se centraron en la adquisición de habilidades sociales y utilizaron una estructura similar a la que realizó Heydenberk (2007).

## 5. DISCUSIÓN

Tras la lectura de los artículos, se concluye que los programas de prevención basados en el desarrollo de habilidades sociales en edades tempranas demuestran gran efectividad, no solo en la disminución del *bullying*, sino también, para la resolución de conflictos (Levine-Tamburrino,2013).

El *bullying* es un problema que cada año va aumentando y que genera graves consecuencias tanto en la víctima como en el abusador (Sierra,2012; Loredó et al,2008); por eso, es de vital importancia la implementación de planes de prevención para evitar el desarrollo de esas consecuencias.

Uno de los problemas existentes hoy en día, es el escaso desarrollo de programas de prevención. Casi todos los países cuentan con planes de intervención, pero estos no son suficientes, ya que son solo capaces de paliar las consecuencias del *bullying* de manera parcial, ya que entran en funcionamiento una vez instaurado el problema.

Hay que destacar que la mayoría de los trabajos revisados se han realizado en países anglosajones, habiendo muy poca evidencia de trabajos realizados en España. Esto podría ser por dos motivos: en primer lugar, por el desconocimiento general sobre las repercusiones del *bullying*; y en segundo lugar porque existe un infra diagnóstico del *bullying*. Además, se ha descrito que los alumnos pueden tener miedo a denunciar, ya que las víctimas asumen ciertos comportamientos dentro de esa relación de dominación y sumisión, y es frecuente que se instaure la llamada ley de silencio (Zych et al., 2017).

Como se ha comentado en los resultados, se han revisado dos tipos de trabajos: revisiones de la literatura e intervenciones para la prevención del *bullying*.

Hay que destacar que las revisiones de la literatura son poco concluyentes. Si que es cierto que todos están de acuerdo en que los programas basados en el desarrollo de habilidades sociales tienen un efecto positivo en la reducción del *bullying*, pero ninguno concluye cuál de los programas de prevención analizados es el más efectivo.

En cuanto al desarrollo de programas de prevención, analizaremos por un lado las intervenciones de prevención propuestas y por otro lado la población diana a la que se dirige.

En cuanto a las intervenciones revisadas, todas tienen en común que se basan en el desarrollo de habilidades sociales, centrándose en dos aspectos: por un lado, la resolución de conflictos (Heydenberk,2007), y por otro, la expresión de sentimientos (Heydenberk,2007; Cerezo Ramírez & Sánchez Lacasa, 2013).

Todos los autores hacen referencia a cómo desarrollar las habilidades sociales, lo cual es más que acertado, ya que esto encamina a la adquisición de habilidades para la vida. Sin embargo, los autores, pese a recalcar los aspectos positivos que conlleva el desarrollo de las actividades no solo para reducir el *bullying* sino para contribuir al crecimiento del niño, no especifican por qué eso contribuye a su crecimiento.

Para un mejor entendimiento, se debería dar una breve explicación de lo que involucra el desarrollo de habilidades sociales y, a través de ellas, lo que se pretende alcanzar. Unido a esto, también sería interesante saber por qué lo autores han elegido esas actividades en concreto como método para prevenir el *bullying* y qué es lo que pretenden desarrollar con ellas. Además, hay diferencias sustanciales en la forma en la que los trabajos revisados llevan a cabo la intervención y cómo la evalúan, lo que impide poder comparar los resultados obtenidos.

Todos los autores que proponen una intervención se basan en programas de prevención realizados previamente, como por ejemplo, el programa CIP (Cerezo Ramírez & Sánchez Lacasa, 2013) y el programa “Pasos para el respeto”(McCormac, 2014). En ambos casos se han realizado adaptaciones de programas ya realizados y sería interesante conocer que han modificado y porque motivo, aspectos que no se especifican.

Otro aspecto relevante a tener en cuenta son las características de los distintos actores involucrados en los casos de *bullying*. Esto es importante para identificar perfiles que ayuden a la prevención de este y al abordaje de habilidades de manera adecuada con cada perfil. Los tres roles comúnmente descritos en la literatura son

tres: el primero, es el de acosador (“bully”) que es el que ejerce la violencia generalmente sobre un compañero, (Loredo et al., 2008) y el agresor suele ser más fuerte que sus compañeros, impulsivo y/o agresivo, y, además, se caracteriza por que no tolera la frustración, ni sienten empatía (Sierra, 2012); el segundo es el de la víctima, que es un alumno del colegio, que se encuentra en situación de inferioridad por un estigma físico, baja autoestima, alteraciones psicológicas, que han sido descritas previamente como factores de riesgo (Loredo et al., 2008); finalmente, las víctimas-perpetradores, son aquellos que en algún momento han sufrido *bullying* y posteriormente se convierten en el acosador (Loredo et al., 2008).

En cuanto a la evaluación de la intervención, las herramientas que han utilizado los trabajos revisados son principalmente cualitativas, por lo que cuantificar la efectividad de estas de manera numérica resulta complicado. A esto se suma, que cada autor utiliza una herramienta de evaluación distinta, lo que dificulta saber cuál es la más adecuada. Además, las herramientas de evaluación cuantitativas son genéricas o para niños en edad escolar, es decir, no se han encontrado herramientas cuantitativas que se dirijan a la población preescolar, a excepción de la propuesta en el protocolo de estudio por (Clarkson et al, 2016).

Si profundizamos por autores (McCormac, 2014) utiliza un método que no evalúa la intervención sino su sistema de implementación y en el caso de (Heydenberk, 2007) no especifica qué preguntas utiliza para medir el ambiente de clase. Añadir, que en general las preguntas incluidas en los cuestionarios son muy ambiguas y no deja claro que se pretende preguntar.

Resulta llamativo que el objetivo de las intervenciones para prevenir el *bullying* sea el desarrollo de habilidades sociales, pero los autores no presentan resultados acerca de cómo éstas mejoran; es decir, si la intervención ha servido a los participantes para mejorar la resolución de conflictos o si se ha experimentado una mejora en la relación con sus compañeros. En algunos casos, como es en el del autor (Heydenberk, 2007), sí que se reflejan resultados numéricos acerca del desarrollo de habilidades sociales y refiere que se han obtenido de medir las habilidades sociales, pero no especifica cómo se ha hecho esa medición.



Respecto a quien realiza las actividades, la mayoría son psicólogos. Aunque es cierto que hay intervenciones organizadas y dirigidas por enfermeros, todavía son muy pocos los que realizan el plan de prevención y la mayoría de las publicaciones se hacen en revistas enfermeras extranjeras, a pesar de que una de las funciones de enfermería es la de elaborar programas de salud. De acuerdo con la OMS la salud se define como “un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades”. Dado que el *bullying* es una enfermedad que afecta a las tres esferas del bienestar, habría que fomentar la participación de los enfermeros en los programas de educación para prevenir las consecuencias del *bullying* y así contribuir a fomentar la salud de los más jóvenes.

Los pequeños pasan gran parte del tiempo en el colegio, y es en ese escenario donde se producen los casos de *bullying*. Por eso, es fundamental que se incorpore una enfermera a los colegios, para que pueda identificar los factores de riesgo y desarrollar un plan de prevención integral, que tenga en cuenta las características concretas de los niños que acuden a las aulas de ese colegio (Encinar et al., 2015).

Otro aspecto de especial relevancia es el papel de los padres en los planes de prevención. En algunos artículos, se menciona realizar un programa de entrenamiento con ellos (McCormarc, 2014; Clarkson 2016) pero no se concreta en qué consiste ese programa y cuál es el papel que los padres juegan en la intervención. En otros como es el caso de Cerezo Ramírez y Sánchez Lacasa (2013), ni siquiera se les tiene en cuenta.

Los padres son un pilar fundamental para garantizar el cumplimiento y la continuidad de ese plan de prevención fuera de las aulas, en sus hogares, ya que son los que más tiempo pasan con los niños y pueden percatarse más fácilmente de si el plan en realidad funciona.

En cuanto a los materiales empleados en los trabajos realizados para llevar a cabo las intervenciones, los autores emplean a menudo libros para el desarrollo de las sesiones (Clarkson et al., 2016; McCormac, 2014). Este quizás no sea el material más adecuado para niños en edad preescolar, por lo que se deberían emplear otro tipo

de materiales, quizás con métodos más visuales que los niños pequeños puedan utilizar y entender.

Revisando los trabajos excluidos en esta revisión se identifica que la mayoría de los programas de prevención se han diseñado para niños mayores de 8 años, y que por lo tanto la evidencia disponible sobre intervenciones para niños en edades tempranas es realmente escasa, aspecto que llama la atención porque no son pocos los niños que en la etapa escolar y adolescente sufren *bullying* (un 8,1 % como se ha comentado en la introducción). Por esto, concienciar sobre la importancia de un plan de prevención en edades tempranas es esencial.

Los motivos por los que existen pocos planes de prevención con niños pequeños pueden estar ligado a las dificultades metodológicas que conlleva investigar con este grupo de edad con características concretas para la expresión escrita, verbal y capacidad lectora. En el futuro, las intervenciones deben tener en cuenta las características concretas del desarrollo infantil para desarrollar planes de prevención adaptados a ellos. Los niños de 2 a 7 años tienen un pensamiento más egocéntrico y presentan gran curiosidad por el entorno (Meece,2000). Además, comienzan la relación con sus iguales, por lo que es importante desde el primer momento contribuir al desarrollo de habilidades que puedan prevenir el *bullying* el día de mañana.

Los planes de prevención para estas edades deberían incluir actividades dinámicas, principalmente juegos, ya que, a través de ellos a los niños se les estimula física y psicológicamente, se consigue estimular la competencia social, permite que los niños puedan entender lo que se debe hacer o no a través de la imposición de unas normas de juego, fomenta la interacción con otros niños, la exploración de sentimientos y la resolución de conflictos (Oyarce & Fierro, 2015) Además, también se ha demostrado la importancia del juego simbólico como parte del desarrollo de habilidades del niño (Meece,2000).

Así, las actividades planificadas deben tener en cuenta las características del desarrollo del niño, incluir actividades que implementen el juego para lograr el

desarrollo de habilidades sociales, fomentar la resolución de conflictos y conseguir la disminución del *bullying*.

Por último, resaltar que la escasez de programas de prevención en la edad preescolar ha supuesto una gran limitación a la hora de realizar la búsqueda bibliográfica.

## 6. CONCLUSIONES

1. La incidencia de *bullying* aumenta progresivamente cada año y genera graves repercusiones tanto a corto como a largo plazo, pudiendo generar problemas psicológicos y somatizaciones.
2. Existen muy pocos programas de prevención, la mayoría son programas de intervención para disminuir la prevalencia del *bullying* pero que no evitan que se instaure el problema.
3. La mayoría de los programas de prevención se han realizado en poblaciones de niños mayores de 8 años. Se requiere realizar y testar programas de prevención en niños anteriores a esta edad para evitar que esto suceda.
4. Todas las intervenciones se centraron en el desarrollo de habilidades sociales como medio para reducir el *bullying*, avalando que los programas de prevención deben tener en cuenta los hitos del desarrollo del niño a la hora de planear la intervención.
5. La duración de las intervenciones revisadas es prolongada, entre 1 año y 4 años, lo que indica que es necesario programar actividades que acompañen al niño y a su desarrollo a lo largo del tiempo.
6. La necesidad de que los programas tengan larga duración hace que el contexto escolar sea el más apropiado para acceder a los niños en distintas etapas de su desarrollo y mantener la intervención a lo largo del tiempo.
7. La mayoría de las intervenciones se han desarrollado en países anglosajones y por lo tanto trasladar estos programas a otras culturas puede requerir de procesos de adaptación de los mismos.
8. Los trabajos utilizan herramientas de evaluación principalmente subjetivas y, las pocas que existen objetivas, no están adaptadas para niños de corta edad.
9. No se han encontrado publicadas intervenciones llevadas a cabo por enfermeras; la mayoría de ellas han sido llevadas a cabo por psicólogos o pedagogos.

## 7. PROPUESTA TEÓRICA DE TRABAJO

Se propondrá un plan de prevención con el fin de reducir el *bullying* escolar en un colegio de Pamplona, basado en el desarrollo de habilidades sociales. El desarrollo de las habilidades sociales es el concepto en torno al cual se han desarrollado los programas de intervención encaminados a la prevención de los *bullying* revisados en la sección anterior.

El desarrollo de las habilidades sociales conduce a la adquisición de las llamadas *life skills*, que en la Figura 4 aparecen representadas en el último escalón. La OMS define las *life skills* como la habilidad para adaptarse y el comportamiento positivo para lidiar con las demandas y los retos del día a día. Además, tal y como se ha descrito en la introducción, incluye habilidades sociales, interpersonales, emocionales y cognitivas (WHO, 2009).

Antes de desarrollar las habilidades sociales, el niño en primer lugar, debe tomar conciencia de las emociones, expresar lo que siente, y una vez que es capaz de manifestar esas emociones, regularlas (Bermejo-Martins et al., 2018).

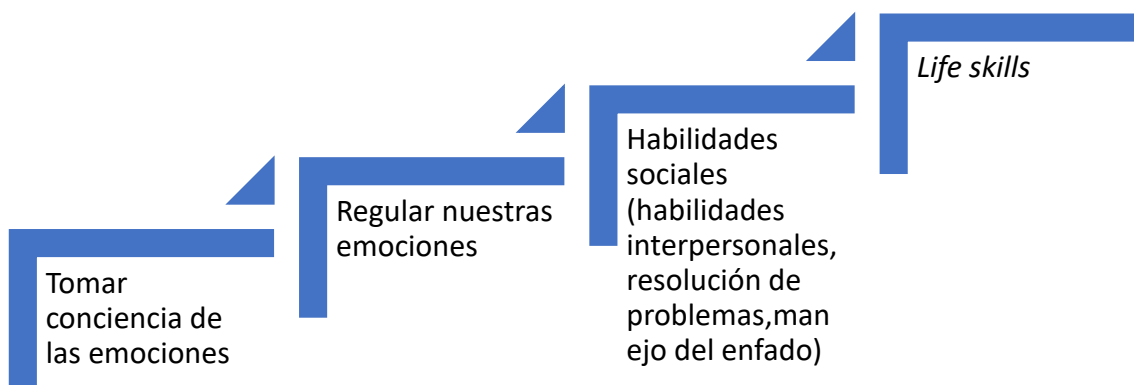


Figura 4: Proceso de adquisición de *life skills*. Fuente (Elaboración propia)

Las habilidades sociales son las habilidades que ayudan al niño a conseguir sus metas. Dentro de las habilidades sociales encontramos la habilidad de comunicar, las relaciones interpersonales y el manejo del enfado (Robinson & Zajicek, 2005). El

empleo del juego puede ayudar a desarrollar estas habilidades de escucha, sociales y cooperativas así como para fomentar el autocontrol del niño (Torbert, 2005).

En el ámbito de la enfermería, se ha utilizado el desarrollo de las habilidades socio emocionales para la adquisición y mantenimiento de los estilos de vida saludables mostrando su efectividad ((Bermejo-Martins et al., 2018) resultados de CRECES).

## **7.1. IDENTIFICACIÓN DEL PROBLEMA Y DESARROLLO**

El problema principal que se ha detectado es que cada año se va incrementado la incidencia del *bullying* y que este produce graves consecuencias tanto en la persona que lo padece como en el agresor (Loredo et al., 2008; Sierra, 2012). Se precisa por este motivo, realizar programas de prevención del *bullying* que puedan desarrollar las enfermeras encaminadas a la prevención del *bullying* escolar.

Tras la revisión realizada en la sección anterior, se observa que la mejor forma de llevar acabo esa prevención es fomentando, el desarrollo de habilidades sociales de los niños a los que va dirigido el programa.

Al programa diseñado se le ha puesto el título “**DESCÚBRETE**”. Para la elección del título se ha tenido en cuenta el contenido de la intervención que se presenta a continuación y que no se centra exclusivamente en la prevención del *bullying*, sino que también, se trabaja de manera positiva con el desarrollo de habilidades personales en la infancia. Se trata de transmitir a los participantes y a sus familias ya desde el nombre del programa, aspectos positivos con respecto al mismo, evitando la estigmatización de aquellos que participen en él.

### **7.1.1. OBJETIVOS.**

Este plan de prevención presenta un doble objetivo: primero, conseguir que los niños adquieran habilidades sociales impidiendo que el *bullying* escolar suceda y dotarles de herramientas que les sirvan para superar los retos de su día a día y, en segundo lugar, concienciar y enseñar a los padres las diferentes actividades que se

desarrollarán con los niños para que puedan contribuir al desarrollo de habilidades sociales en el seno familiar para garantizar la continuidad del plan de prevención que se desarrolle con los niños.

### **7.1.2. GRUPO DIANA**

Este plan de prevención está dirigido a niños de 6 años. Se ha planteado la intervención para este grupo etario, por ser el inicio de la edad escolar. Es en ese momento cuando los niños comienzan a socializar no solo con los compañeros de clase, sino también, con niños más mayores, y en ese momento el desarrollo de habilidades sociales es esencial para desarrollar herramientas que les permita hacer frente a los nuevos retos a los que enfrentarán, así como, para prevenir el *bullying*

Se trata de un programa de prevención universal y, por lo tanto, la intervención va dirigida a todos los niños de esa edad que asistan al colegio elegido para desarrollar la intervención. Por prevención universal se entiende que va dirigido a todo el grupo diana sin distinción (Sánchez, 2016). Este hecho puede beneficiar a todos los niños que la reciban, al no centrarse exclusivamente en niños con problemas.

A la hora de realizar el plan de prevención se realizará un estudio sociodemográfico para saber qué Áreas Básicas de Salud cuenta con mayor población de niños. De acuerdo con el Instituto de Salud Laboral de Navarra, la Zona Básica de salud que mayor población de niños entre 5 y 9 años tiene es la del Segundo Ensanche. Hay que tener en cuenta que dentro del Segundo Ensanche se incluiría el Soto de Lezkairu una zona en la que viven muchas familias jóvenes con niños de estas edades (Navarra Salud, 2018)

A los padres se les pedirá que firmen un consentimiento informado que confirme tanto la participación de sus hijos como la de las familias en el programa, tras haberles explicado y entregado por escrito información sobre el contenido de las actividades que se plantea realizar.

### 7.1.3. CONTENIDOS

Los contenidos de la intervención serán los mismos para niños que para padres. Se han diseñado utilizando la evidencia y la bibliografía revisada. Lo que variará será la metodología que se empleará con cada uno. Principalmente, los contenidos se han basado en las intervenciones de prevención del *bullying* realizadas por Heydenberk (2007), McCormac (2014), Cerezo Ramírez y Sánchez Lacasa (2013) y en el desarrollo de habilidades socioemocionales para la adquisición de estilos de vida saludables (Bermejo-Martins et al., 2018).

Como se ha comentado anteriormente en el diagrama de flujo, para conseguir desarrollar las habilidades sociales es necesario, en primer lugar, que los niños consigan expresar sus emociones, y para poder hacer eso se debe conocer uno a sí mismo, conocer sus debilidades y fortalezas. Una vez que el niño es capaz de reconocer las emociones, es necesario poder controlarlas. Por ello el contenido de la intervención se basa en el abordaje del autoconocimiento, expresión de sentimientos, resolución de conflictos y enseñanza de comportamientos pacíficos.

A continuación, se explica brevemente en que consiste cada uno de estos conceptos (CAYUELAS & IZQUIERDO, 2018):

- **Autoconocimiento:** significa conocerse a uno mismo, conocer sus puntos fuertes y débiles. Una vez que se ha ejecutado este paso, esta persona será capaz de establecer cualquier relación con los demás de una manera positiva
- **Expresión de sentimientos:** se debe conocer las emociones y ser conscientes de la repercusión que tienen en el comportamiento para saber cómo manejarlas. Es importante saber identificar qué es lo que se siente, porque se siente, ver cómo influyen en la persona y poder controlarlas
- **Enseñanza de comportamientos pacíficos:** es importante conocer qué es lo que está bien y lo que está mal y las consecuencias que de ello se derivan
- **Resolución de conflictos:** cada problema requiere una solución y es importante ser capaces de ser resolutivos y no rehuir del problema. Se debe



ser capaz de analizarlos y reflexionar e intentar mejorar la situación, logrando un nuevo aprendizaje que ayude en el crecimiento

De acuerdo con estos conceptos, se plantea a continuación un resumen del contenido del programa que incluye las actividades a llevar a cabo y su evaluación.

La inclusión del concepto AUTOCONOCIMIENTO conlleva explorar las fortalezas y debilidades de cada uno buscando resaltar los aspectos positivos, para ello se realizará la actividad del ESPEJO. Su efectividad se valorará de forma subjetiva, preguntando a los alumnos la percepción sobre esa actividad.

La inclusión del concepto EXPRESIÓN DE SENTIMIENTOS permitirá abordar la importancia de saber reconocer las emociones y ser capaces de controlarlas, para ello se realizará la actividad del JUEGO DE LA VERDAD. Su efectividad se valorará de forma subjetiva, preguntando a los alumnos y de forma objetiva, mediante la escala Perceval v.2.0

El desarrollo del concepto ENSEÑANZAS DE COMPORTAMIENTO PACIFICOS busca promover comportamientos buenos en los niños, para ello se realizará la actividad del JUEGO DE LA PAZ. Su efectividad se valorará de forma subjetiva a través de la observación y de forma objetiva, mediante la escala PKBS-II (Ver Apéndice 4)

El desarrollo del concepto RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS tiene como objetivo que los niños sean capaces de identificar un problema y buscar una solución, para ello se realizará la actividad del CIRCULO DE RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS, cuya efectividad se valorará de forma subjetiva observando como resuelven un conflicto y de forma objetiva mediante la escala PKBS-II.

#### **7.1.4. ACTIVIDADES**

Se realizarán diferentes actividades para niños y para padres, para abordar con ambos contenidos anteriormente definidos. A la hora de diseñar estas actividades, se ha tenido en cuenta las actividades desarrolladas por los programas de prevención

revisados, así como las características del hito del desarrollo del niño, descritos en la introducción. Además, a estas edades los niños se sienten capaces de poder realizar todas las actividades con éxito (Whitman & Posner, 2001), lo que facilitara su colaboración y su motivación para realizar la actividad.

Hay que tener en cuenta que estas actividades se integrarán en la rutina habitual del colegio en el que se aplique la intervención. El horario de estas y la duración se acordará con el colegio. Se estima que se realizará una sesión de unos cuarenta minutos de duración, ya que los niños se cansan rápidamente; es decir, se llevará una sesión por semana hasta completar las cuatro semanas. Se realizarán dos sesiones más para realizar la valoración de las actividades. Como ya se ha comentado, la duración de los programas de prevención es de 1 año, pero, en este caso, la duración es menor ya que se pretende realizar en primer lugar una prueba piloto que permita evaluar tanto la efectividad como la factibilidad de la intervención.

En el caso de los padres, se les invitará a una sesión a las 18 h de la tarde, de una hora y media de duración, durante dos semanas consecutivas. En la primera sesión realizaremos una serie de actividades con los padres con el fin de transmitirles los contenidos que se les han explicado a sus hijos y, en la segunda sesión, se evaluará la puesta en práctica de esas actividades. Se ofrecerá servicio de guardería para aquellos que tengan hijos pequeños. Además, esto permitirá establecer un primer contacto con los padres y permitirá establecer una relación de confianza entre ambas partes, que facilite la comunicación y la colaboración para la continuidad de este programa en los hogares.

Además, dado que la actividad se realizará en el colegio y el programa de prevención se estima que se desarrolle durante un largo periodo de tiempo, será necesario contar con la colaboración de los profesores. Éstos pasan muchas horas con los alumnos, ellos los conocen muy bien y podrían indicar el perfil (los roles de Olweus que se describen en la discusión) y las características de cada alumno de clase. Además, podrían contribuir a la adaptación de las actividades a la metodología empleada en las aulas y en la observación de la evolución y el efecto de la intervención en los niños.

#### 7.1.4.1. CRONOGRAMA DE TRABAJO

A continuación, se plantea de manera general las principales etapas del trabajo de los contenidos con los niños, así como el periodo de la evaluación de las actividades que se van a implementar (ver Figura 5).

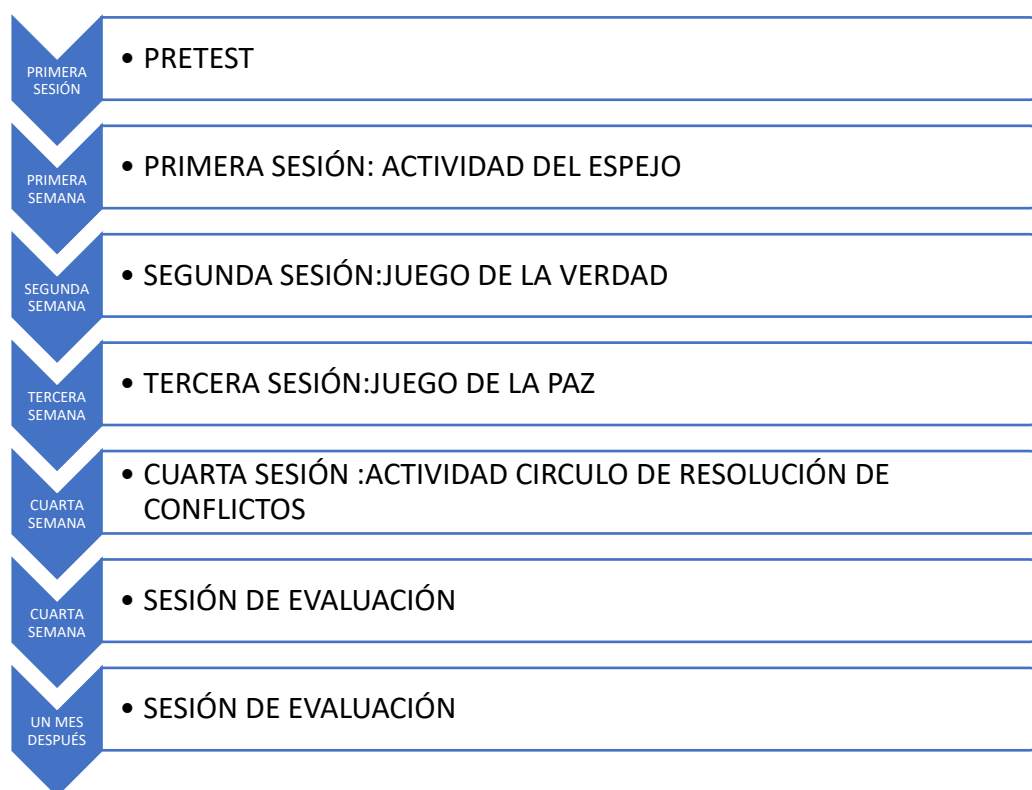


Figura 5: Cronograma de trabajo. Fuente (Elaboración propia)

#### 7.1.4.2. ACTIVIDADES PARA LOS NIÑOS

Las actividades que se realizarán con los niños están enfocadas a desarrollar los contenidos previamente descritos, con el fin de desarrollar habilidades sociales. Estas actividades, se desarrollarán en forma de juego, que como se ha comentado anteriormente es la mejor forma de estimular a los niños de la edad de los participantes a nivel psicomotriz dado el momento del desarrollo en el que se encuentran. Las actividades se concretan a continuación.

La actividad del **ESPEJO**. Esta actividad tiene como objetivo desarrollar el autoconocimiento de uno mismo. Para esta actividad se necesitará un espejo y los pasos en la que esta se desarrollará son:

- En primer lugar, se proporcionará a cada niño un espejo individual, para que de esta manera todos los niños puedan realizar la actividad de forma grupal y al mismo tiempo.
- Posteriormente, se les preguntará qué es lo que ven sobre el espejo y se les animará a pensar fortalezas y debilidades sobre ellos mismos.
- Por último, éstas se comentarán con el grupo y se reforzará aquellos aspectos que ellos han visto como negativo, de tal manera que se acabará la sesión con una visión positiva de cada uno de ellos.

La otra actividad que se llevará a cabo es el **JUEGO DE LA VERDAD**. El principal objetivo de esta actividad es conseguir que cada niño exprese sus sentimientos y emociones, para realizar esta actividad será necesario una pelota y se desarrollará de la siguiente manera:

- En primer lugar, el alumnado se sentará en círculo de forma aleatoria.
- Posteriormente, se cogerá una pelota y se la irán pasando entre ellos. A la hora de realizar esta actividad observaremos si todos los niños participan.
- Cuando cojan la pelota, los niños deberán compartir algo que les haya pasado en su vida y que es lo que sintieron en ese momento. Para ello, se intentará crear un ambiente en el que los niños se encuentren cómodos.
- Por último, se llevará a cabo una recopilación de todo lo que han dicho.

La otra actividad que se llevará a cabo es el **JUEGO DE LA PAZ**. El objetivo de esta actividad es promover comportamientos buenos en los niños. En este caso, no será necesario ningún material adicional, a excepción, de papel, tijeras y pinturas. La actividad se desarrollará de la siguiente manera:

- En primer lugar, se les colocarán en círculo.

- Posteriormente, se les explicará acciones o comportamientos adecuados e inadecuados.
- A continuación, se les animará a que ellos propongan ejemplos de cosas bueno y malas, para confirmar que se ha entendido el concepto.
- Una vez realizado el paso anterior, se elaborará un muñeco y se dibujará un escenario en el que se representará con el muñeco una buena acción.
- Por último, se les pedirá que expliquen que han dibujado y por qué. De tal manera, que lo que se consigue es que reflexionen sobre distintas situaciones.

La otra actividad que se llevará a cabo es el **CIRCULO DE RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS**. El objetivo de esta actividad es conseguir que los niños resuelvan conflictos por sí solos. Para desarrollar esta actividad será necesario papel y pintura.

Y la actividad se desarrollará de la siguiente manera:

- En primer lugar, los niños se colocarán en parejas y la enfermera se asegurará de que ninguno se quede solo.
- En segundo lugar, se creará un círculo de papel.
- En tercer lugar, se le proporcionará un conflicto diferente a cada pareja, y deberán proponer soluciones para resolverlo (por ejemplo, los dos queréis el mismo muñeco, qué harías).
- En cuarto y último lugar, se les propondrá un conflicto para que lo resuelvan entre todos los de la clase y se deberán poner de acuerdo en la forma de solucionarlo.

#### 7.1.4.3. **ACTIVIDADES CON LOS PADRES**

Las actividades que se realizarán con los padres van dirigidas a explicarles los conceptos que se les han explicado a los niños, para ello, se realizará una serie de actividades adaptadas a su edad y, aparte, se les enseñará las actividades ejecutadas en clase con los niños, para que puedan realizarlas en sus hogares. Se realizarán 3 actividades durante la 1ª sesión, ya que la segunda sesión se utilizará como evaluación.

Antes de comenzar a realizar las actividades con los padres, se les explicará brevemente que es lo que se pretende alcanzar con las actividades que se realizarán con los niños y los efectos positivos que tienen estas en los niños. También, se les explicará como valoraremos estas actividades y por qué es tan importante su colaboración para asegurar la continuidad del plan de prevención.

Una vez realizada esta breve introducción, se llevará a cabo las diferentes actividades.

La primera actividad es **CONOCE A TU HIJO**. El objetivo de esta actividad es fomentar el autoconocimiento de sus hijos. La actividad se desarrollará de la siguiente manera:

- Primero se les explicará a los padres la actividad del espejo realizada con sus hijos y que es lo que se pretende desarrollar con esa actividad.
- Tras esto, se les aconsejará a los padres que lo practiquen con sus hijos en casa y se les explicará el beneficio que esto producirá en el niño.
- Después se les pedirá que en un papel escriban cualidades positivas y negativas de sus hijos.
- Tras esto, se les animará a que esas buenas cualidades que ellos ven de sus hijos se lo digan como un refuerzo positivo.
- Posteriormente, se les sugerirá que, cuando vean algo malo de su hijo trabajen con ellos para hacerles ver por qué eso es malo y como mejorarlo.

La segunda actividad es **EXPLORAR LAS EMOCIONES EN FAMILIA**, el objetivo de esta actividad es animar a expresar las emociones en familia. Para desarrollar esta actividad se seguirán los siguientes pasos:

- Primero, se les explicará las actividades que hemos realizado en clase realizado con el tema emociones y cuál es el objetivo que se quería alcanzar
- A continuación, se les explicará la importancia de que los niños expresen las emociones y de que se sientan escuchados y no juzgados por sus padres.
- Después, se les aconsejará que una vez a la semana se sienten todos juntos y pregunten a sus hijos que tal les van las cosas, si les ha ocurrido algo, cómo se sintieron al respecto. Se les animará a que creen un espacio en el que el niño se sienta cómodo para hablar.

La tercera actividad es **¿COMO RESOLVER LAS DISCUSIONES DE FORMA PACIFICA?**, el objetivo es fomentar la resolución de conflictos en el ámbito familiar. Para desarrollar esta actividad se seguirán los siguientes pasos:

- Primero, se les explicará la actividad realizada en clase en relación con este tema y que es lo que se pretende conseguir con esa actividad.
- Tras esto, se les aconsejará que, cuando haya un conflicto en casa, se sienten con ellos, con un aro y propongan conjuntamente una solución. Eso permitirá que los niños se sientan incluidos y sean más resolutivos a la hora de solucionar conflictos.

#### **7.1.5. EVALUACIÓN**

Se realizarán dos tipos de evaluaciones: una para valorar la intervención en los niños y otra para valorarla en los padres.

La evaluación de la intervención en los niños se realizará a la semana de haber acabado las cuatro sesiones y al mes. Ambas sesiones tendrán una duración de 2 horas. En el caso de los padres, la valoración se realizará durante la segunda sesión y después cada dos semanas hasta alcanzar el mes. Las sesiones durarán una hora.

Para valorar si las actividades en los niños ha sido efectiva se realizarán dos tipos de evaluaciones: una de tipo subjetivo, que se basa en la observación, y en tener en cuenta la percepción de los alumnos; el cómo se realizará esta valoración se describe a continuación: para valorar la actividad del **ESPEJO**, se preguntará a los niños, tras la finalización de la actividad, que han aprendido de ella. Y a su vez, se volverá a realizar la actividad con los mismos alumnos a la semana de acabar las cuatro sesiones para ver si esta sesión ha ocasionado algún cambio en la vida personal del alumnado.; para valorar la actividad del **JUEGO DE LA VERDAD** se preguntará a los niños si en estas cuatro semanas les ha pasado algo, si lo han hablado con sus compañeros y como se han sentido cuando lo han hecho; para valorar la actividad del **JUEGO DE LA PAZ** se observará el comportamiento de los niños en la clase a lo largo de esas cuatro semanas. Para ello, se contará con la ayuda del profesorado y, además, se les

preguntará que cosas buenas han hecho a lo largo de esas cuatro semanas y, por último, para valorar el **JUEGO DE CÍRCULO DE RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS** la enfermera realizará una simulación planteando problemas ficticios y se observarán como lo resuelven los estudiantes. También, se realizará otra valoración de tipo objetivo y cuantitativa, que se desarrollará a través de dos escalas; la Perceval v.2 Test y la PKBS-II, las cuales se describen más adelante. Estas escalas se pasarán antes de realizar la intervención y después, de esta forma se podrán comparar los resultados y determinar si la intervención ha sido efectiva.

Como se ha comentado anteriormente, uno de los principales problemas de los programas de prevención es que no presentaban escalas objetivas adaptadas a la edad de los niños, por eso se ha utilizado un trabajo de investigación en el que se han evaluado las habilidades socioemocionales para la adquisición de estilos de vida saludables de (Bermejo-Martins et al., 2018), en la que se utilizan herramientas de evaluación que son útiles para el grupo diana al que va dirigido la intervención, que están traducidas al español y adaptadas a nuestro contexto.

Hay que tener en cuenta que este sería un programa piloto, por lo que, para poder lograr efectos a largo plazo, el programa debería ser más duradero.

Como se ha mencionado anteriormente para evaluar los efectos de esta intervención se utilizarán dos tipos de escalas que se describen a continuación:

- **Perceval v.2.0 test:** Esta escala se utiliza en niños de 3 a 6 años y sirve para medir lo relativo al conocimiento de las emociones. A través de esta herramienta se evaluarían las actividades del juego de la verdad.

Se valorarán 16 aspectos que abordan 6 emociones básicas; alegría, enfado, miedo, tristeza, disgusto y sorpresa. Los primeros ocho aspectos abordan la percepción emocional, para ello se representará una escena en la que se sienta una emoción básica y los niños deberán identificar la correcta expresión facial para cada emoción y los otros ocho aspectos recogen información sobre lo que entienden los niños del aspecto emocional y para



valorarlo se les pondrá la película “**inside out**” y deberán reconocer la imagen que corresponda a la emoción que se les ha dicho.

La puntuación total se valorará sobre 16 puntos y la escala se mide sobre 8 puntos de una escala de tipo Likert de 8 puntos y en la que la puntuación oscilará entre 0 puntos= ninguna respuesta correcta, y 8= todas son respuestas correctas. (Bermejo-Martins et al., 2018).

- **PKBS-II:** Esta escala es para valorar la adquisición de habilidades sociales. Se evaluará con esta escala las actividades del círculo de resolución de conflictos y el juego de la paz. Esta escala tiene en cuenta 34 aspectos que describe el comportamiento positivo. Comprende tres subescalas: cooperación social que valora características conductuales (12 ítems), interacción social que valora conductas y características importantes en el establecimiento de una amistad (11 ítems) e independencia social que valora los comportamientos necesarios para la realización de la independencia social. (11 ítems) (Fernández et al., 2010)

La respuesta se valorará sobre una escala de tipo Likert de 4 puntos: 0 puntos no es cierto, 1 punto raramente es cierto, 2 puntos a veces es cierto, 3 puntos es cierto a menudo (Bermejo-Martins et al., 2018). En el apéndice 4, se encuentra una figura en la que se ilustra esta escala

En el caso de la actividad de los padres, se evaluará en la segunda sesión si se ha puesto en práctica lo que se ha enseñado en la sesión anterior, preguntando a los padres como lo han hecho y cuál ha sido la respuesta de los niños y, después, cada dos semanas se les invitará a venir para ver cómo evolucionan.

Además, se les pasará un cuestionario de satisfacción para poder conocer la opinión que tienen acerca del programa. En este cuestionario, se les preguntará que les aparecido el programa, si consideran que les ha sido de utilidad y que aspectos incluirían. En el Apéndice 5, se encuentra el cuestionario.

#### **7.1.6. RECURSOS**

Para este proyecto, en primer lugar, se necesitará un aula del colegio para poder impartir las actividades. Deberá ser un aula amplia que permite la realización de la actividad en círculos. Se intentará que sea un aula conocida por los niños para que se sientan cómodos. Para ello se hablará con el profesorado para que nos digan ellos las aulas que se podrán utilizar.

También, se hablará con el profesorado para reservar el gimnasio o el salón de actos para realizar las actividades con los padres y se solicitará la colaboración de las cuidadoras del comedor para ayudar en el cuidado de los niños mientras los padres están en la reunión.

En segundo lugar, se requerirá la disponibilidad del material que vamos a usar que serían: espejos (los traería la enfermera), balones pequeños de goma, folios, pinturas, lápices y tijeras). Se necesitará que los profesores faciliten una lista con el número de alumnos que acudirán a la sesión para calcular la cantidad de material necesario y saber si todos los alumnos acuden a las actividades. También, se les pedirá que se facilite una lista con los padres que acudirán a la sesión y si estos traerán a sus hijos, para organizar la guardería. Además, se necesitará acceso a un ordenador para poder elaborar el consentimiento informado.

Por último, se prepararán unos diplomas para entregar a los alumnos al finalizar todas las actividades, que servirá como un refuerzo positivo.

#### **7.1.7. COSTES**

Este programa de prevención no conlleva muchos costes, puesto que la mayoría de las actividades se realizarán con material que se utiliza habitualmente en las escuelas. Además, dado que las actividades se realizarán en las aulas del colegio, no se tendría que correr con gastos de ocupación de un establecimiento.

## **7.2. INNOVACIÓN**

Para que los niños y los padres puedan continuar poniendo en práctica este programa de prevención, se creará una página web (ver Apéndice 6) en la que se colgarán las diferentes actividades realizadas con los niños, descritas paso a paso para poder desarrollarla. También, se especificará el material necesario. Además, se dará una breve explicación acerca del objetivo del plan de prevención y de qué se desarrolla con cada actividad. En la segunda sesión con los padres, se les explicará cómo se entra en la página Web y cómo manejarla.

Además, se elaborará un cartel en el que se informará de la realización de este plan de prevención en el colegio y este cartel contará con un código QR, que dará acceso a la página web descrita anteriormente (Ver Apéndice 6). Se les pedirá colaboración a los profesores, para mandar a los padres una circular en la que se explique la existencia de estos carteles, cual es el objetivo de su colocación, así como el modo de utilización del código QR.

De esta forma, todo aquel que lo vea, tendrá la posibilidad de desarrollar estas actividades y saber porque se realiza ese plan de prevención.

Para poder colocar los carteles se le pedirá permiso a la dirección del colegio.

## **8. CONCLUSIONES**

Para finalizar concluir que este trabajo ha dado respuesta a los dos objetivos planteados al comienzo. Por un lado, se ha identificado literatura relevante para encontrar planes de prevención del *bullying* escolar y por otro se ha planteado un programa que permita prevenirlo en edades tempranas. El abordaje de las habilidades sociales en la infancia se presenta como facilitador del desarrollo infantil saludable que además tendrá beneficios en otras esferas de salud en la infancia.

## 9. BIBLIOGRAFÍA

- A.E.P.A.E. (2015). *Plan Nacional Prevención del Acoso Escolar | AEPAE*. Available from <https://aepae.es/plan-nacional>
- Balarezo López, G., & Balarezo Galarreta, J. M. (2014). Bullying : Acoso Y Violencia Escolar Bullying and Violence in Schools. *Científica*, 11(2), 145–154.
- Beauchesne, M. A., Farquharson, P. E., & Beauchemin, P. (2017). Buddies Not Bullies: an approach to bullying prevention education in preschool children, their families and the community. *Nursing Children and Young People*, 29(3), 41–45. Available from <https://doi.org/10.7748/ncyp.2017.e843>
- Beran, T., & Li, Q. (2008). The Relationship between Cyberbullying and School Bullying. *The Journal of Student Wellbeing*, 1(2), 16. Available from <https://doi.org/10.21913/jsw.v1i2.172>
- Bermejo-Martins, E., López-Dicastillo, O., & Mujika, A. (2018). An exploratory trial of a health education programme to promote healthy lifestyles through social and emotional competence in young children: Study protocol. *Journal of Advanced Nursing*, 74(1), 211–222. Available from <https://doi.org/10.1111/jan.13402>
- CAYUELAS, D., & IZQUIERDO, S. (2018). *Habilidades para la Vida | Promoción y Educación para la Salud*. Available from <http://blogs.murciasalud.es/edusalud/2018/07/13/habilidades-para-la-vida/>
- Cepa Serrano, A. (2016). Desarrollo Emocional: Evaluación De Las Competencias Emocionales En La Infancia. *International Journal of Developmental and Educational Psychology. Revista INFAD de Psicología.*, 1(1), 75. Available from <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2016.n1.v1.212>
- Cerezo Ramírez, F., & Sánchez Lacasa, C. (2013). Eficacia del programa CIP para la mejora de la convivencia escolar y la prevención del bullying en alumnos de Educación Primaria. *Apuntes de Psicología*, 31(2), 173–181.
- Chuang, H. H., Lin, R. H., Chen, J. Y., Yeh, W. C., Lin, H. F., Ueng, S. W. N., & Hsu, K. H. (2019). Effectiveness of a multi-faceted intervention among elementary school children. *Medicine*, 98(15), e15079. Available from <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000015079>
- Clarkson, S., Axford, N., Berry, V., Edwards, R. T., Bjornstad, G., Wrigley, Z., Charles,

- J., Hoare, Z., Ukoumunne, O. C., Matthews, J., & Hutchings, J. (2016). Effectiveness and micro-costing of the KiVa school-based bullying prevention programme in Wales: Study protocol for a pragmatic definitive parallel group cluster randomised controlled trial *Health behavior, health promotion and society*. *BMC Public Health*, *16*(1), 1–11. Available from <https://doi.org/10.1186/s12889-016-2746-1>
- da Silva, J. L., de Oliveira, W. A., Braga, I. F., Farias, M. S., da Silva Lizzi, E. A., Gonçalves, M. F. C., Pereira, B. O., & Silva, M. A. I. (2016). The effects of a skill-based intervention for victims of bullying in Brazil. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *13*(11). Available from Available from <https://doi.org/10.3390/ijerph13111042>
- DeSisto, M. C., & Smith, S. (2015). Bullying prevention in schools: position statement. *NASN School Nurse (Print)*, *30*(3), 189–191. Available from <https://doi.org/10.1177/1942602X14563683>
- Encinar, A., Grado, C., & Escolar, E. (2015). Enfermería escolar. la situación hoy en día. *Revista Enfermería CyL*, *7*, 56–61.
- Fernández, M., Benítez, J. L., Pichardo, M. C., Fernández, E., Justicia, F., García, T., García-Berbén, A., Justicia, A., & Alba, G. (2010). Análisis factorial confirmatorio de las subescalas del PKBS-2 para la evaluación de las habilidades sociales y los problemas de conducta en educación infantil. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, *8*(3), 1229–1252. Available from <https://doi.org/10.25115/ejrep.v8i22.1415>
- Ferrer-Cascales, R., Albaladejo-Blázquez, N., Sánchez-Sansegudo, M., & Portilla-Tamarit, I. (2018). *Efectividad del Programa TEI en la reducción del Bullying y Cyberbullying y la mejora del clima escolar*. Available from <https://programatei.com/evidencias-en-espanol/>
- Freeman, G. G. (2014). The Implementation of Character Education and Children's Literature to Teach Bullying Characteristics and Prevention Strategies to Preschool Children: An Action Research Project. *Early Childhood Education Journal*, *42*(5), 305–316. Available from <https://doi.org/10.1007/s10643-013-0614-5>

- Heydenberk; (2007). Conflict Resolution in Primary Level Classrooms. *More Than Manners*, 1(215), 1–16.
- José Lasanta Sáez M<sup>a</sup> Isabel Sobejano Tornos, M., & Gorricho Mendivil Itxaso Mugarra Bidea Luis Gabilondo Pujol, J. (2014). *PLAN DE SALUD 2014-2020 (Pendiente de aprobación por el Parlamento de Navarra)* (Vol. 2020). Available from [https://gobiernoabierto.navarra.es/sites/default/files/plan\\_de\\_salud\\_2014-2020.\\_junio\\_2014.pdf](https://gobiernoabierto.navarra.es/sites/default/files/plan_de_salud_2014-2020._junio_2014.pdf)
- Kidron, Y., Garibaldi, M., Anderson, E., & Osher, D. (2015). *Lions Quest Skills for Growing : Implementation and Outcome Study in Wood County , West Virginia Final Report. December*, 30.
- Leff, S. S., & Waasdorp, T. E. (2013). Effect of aggression and bullying on children and adolescents: Implications for prevention and intervention. *Current Psychiatry Reports*, 15(3). Available from <https://doi.org/10.1007/s11920-012-0343-2>
- Levine, E., & Tamburrino, M. (2014). Bullying Among Young Children: Strategies for Prevention. *Early Childhood Education Journal*, 42(4), 271–278. Available from <https://doi.org/10.1007/s10643-013-0600-y>
- Loredo, A., Perea, A., & López, G. E. (2008). “Bullying”: acoso escolar. La violencia entre iguales. *Acta Pediátrica de México*, 29(4), 210–214.
- Matischek-Jauk, M., Krammer, G., & Reicher, H. (2018). The life-skills program Lions Quest in Austrian schools: Implementation and outcomes. *Health Promotion International*, 33(6), 1022–1032. Available from <https://doi.org/10.1093/heapro/dax050>
- McCormac, M. E. (2014). Preventing and Responding. *ASCA*, 18(1), 1–15.
- McGinnis, E., & Goldstein, A. (1990). *Programa de habilidades para la infancia temprana. La enseñanza de habilidades prosociales a los niños de preescolar y jardín infantil.* 187. Available from [http://www.oei.es/inicial/articulos/habilidades\\_infancia.pdf](http://www.oei.es/inicial/articulos/habilidades_infancia.pdf)
- Navarra Salud. (2018). *Sanidad. Zonificación sanitaria de Navarra - navarra.es.* Available from [https://www.navarra.es/home\\_es/Temas/Portal+de+la+Salud/Profesionales/Informacion+tecnica/Sanidad/zonificacion+sanitaria+navarra.htm](https://www.navarra.es/home_es/Temas/Portal+de+la+Salud/Profesionales/Informacion+tecnica/Sanidad/zonificacion+sanitaria+navarra.htm)

- Oñederra, J. antonio. (2008). *BULLYING: CONCEPTO , CAUSAS ,CONSECUENCIAS,TEORÍAS Y ESTUDIOS EPIDEMIOLOGICOS.*
- Oyarce, M. F. M., & Fierro, A. A. (2015). Cognición,juego y aprendizaje:Una propuesta para el aula de la primera infancia. *Infancia, Educación y Aprendizaje, 1*, 162–177.
- Pas, E. T., Ryoo, J. H., Musci, R. J., & Bradshaw, C. P. (2019). A state-wide quasi-experimental effectiveness study of the scale-up of school-wide Positive Behavioral Interventions and Supports. *Journal of School Psychology, 73*(January), 41–55. Available from <https://doi.org/10.1016/j.jsp.2019.03.001>
- Rawlings, J. R., & Stoddard, S. A. (2019). A Critical Review of Anti-Bullying Programs in North American Elementary Schools. *Journal of School Health, 89*(9), 759–780. Available from <https://doi.org/10.1111/josh.12814>
- Robinson, C. W., & Zajicek, J. M. (2005). Growing minds: The effects of a one-year school garden program on six constructs of life skills of elementary school children. *HortTechnology, 15*(3), 453–457. Available from <https://doi.org/10.21273/horttech.15.3.0453>
- Sánchez, I. S. (2016). *Evaluación de los factores de riesgo y protección de un programa de prevención universal de las drogodependencias en el ámbito educativo.*
- Saracho, O. N. (2017). Bullying Prevention Strategies in Early Childhood Education. *Early Childhood Education Journal, 45*(4), 453–460. Available from <https://doi.org/10.1007/s10643-016-0793-y>
- Sierra, P. A. (2012). Factores de vulnerabilidad y riesgo asociados al bullying. *Revista CES Psicología, 5*(1), 118–125.
- Silva, M. A. I., Monteiro, E. M. L. M., Braga, I. F., Ferriani, M. das G. B. de C., Pereira, B., Oliveira, W. A. de, Silva, M. A. I., Monteiro, E. M. L. M., Braga, I. F., Ferriani, M. das G. B. de C., Pereira, B., & Oliveira, W. A. de. (2017). Intervenciones antibullying desarrolladas por enfermeros: revisión integradora de la literatura. *Enfermería Global, 16*(4), 532. Available from <https://doi.org/10.6018/eglobal.16.4.267971>
- Torbert, M. (2005). Using active group games to develop basic life skills. *Young Children, 60*(4), 72–78.

- Vlachou, M., Botsoglou, K., & Andreou, E. (2013). Assessing Bully/Victim Problems in Preschool Children: A Multimethod Approach. *Journal of Criminology*, 2013, 1–8. Available from <https://doi.org/10.1155/2013/301658>
- Whitman, C. V, & Posner, M. (2001). *habilidades para la vida para un desarrollo saludable de niños y adolescentes*. Available from [http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Enfoque de Habilidades para la vida OPS\\_0.pdf](http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Enfoque de Habilidades para la vida OPS_0.pdf)
- WHO. (2009). Preventing violence by developing life skills in children and adolescents. *World Health Organization (WHO)*. Available from [http://whqlibdoc.who.int/publications/2009/9789241597838\\_eng.pdf](http://whqlibdoc.who.int/publications/2009/9789241597838_eng.pdf)
- Zych, I., Farrington, D. P., Llorent, V. J., & Ttofi, M. M. (2017). Protecting children against bullying and its consequences. *SPRINGER BRIEFS IN PSYCHOLOGY*. Available from <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1007/978-3-319-53028-4>



# APENDICE

## APÉNDICE 1

### ARTÍCULOS INCLUIDOS

Se exponen un resumen de los artículos que se han incluido en esta revisión.

Fuente (Elaboración propia)

ARTÍCULOS INCLUIDOS				
AÑO	AUTOR	OBJETIVO	METODO	RESULTADOS
2013	Cerezo Ramírez y Sánchez Lacasa	Es ver la eficacia de la aplicación del programa de prevención CIP (Concienciar, Informar y Prevenir) en un centro de Educación Primaria, con los 23 alumnos de un grupo de segundo ciclo (edad 8-10 años), durante los cursos escolares 2011-2012	El grupo está formado por 23 alumnos de edades comprendidas entre los 8-9 años en el pre-test y entre 10-11 años en el post-test. Se les aplicara el Programa de prevención CIP Para evaluar las relaciones socioafectivas se utilizará el test Bull-S y posteriormente se realizará una serie de sesiones con actividades Los datos se valorarán a través de la aplicación del chi-cuadrado	La aplicación del programa ha inducido cambios en la apreciación del nivel de violencia y de victimización entre los alumnos. (Cerezo Ramírez & Sánchez Lacasa, 2013)

2016	Clarkson et al	<p>Testar la efectividad del programa KIVA en Wales y medir la fiabilidad de su implementación</p>	<p>Es un estudio de control pragmático con grupos paralelos, basado en el protocolo KIVA</p> <p>Se realizará en un colegio de primaria de Wales (con niños de 4 a 11 años) y en colegio de secundaria (con niños de 7 a 11años)</p> <p>El estudio reclutara niños de 2,3,4 y 5 años.</p> <p>Se evaluará el nivel de fidelidad, es decir si los profesores se comprometen y después se evaluará con unas series de entrevistas, la efectividad del programa en los alumnos</p>	<p>Este es un estudio exploratorio, y del que todavía no se han obtenido resultados, ya que no se ha aplicado, es meramente teórico (Clarkson et al., 2016)</p>
------	----------------	--	---	---

2007	Heydenberk	Es enseñar estrategias de como reconocer y resolver conflictos del día a día	<p>Se les realizará a los niños un entrenamiento para poder resolver conflictos. Este entrenamiento consistirá en una serie de 7 sesiones de una hora distribuidas a lo largo de los meses.</p> <p>Participan 71 niños de infantil y guarderías en un vecindario en un suburbio del área de Philadelphia</p> <p>Para valorar la efectividad del programa, se realizará a los estudiantes una entrevista, para ver si han usado alguna de esas estrategias.</p> <p>A los profesores (1 de guardería y 2 de primaria) se les pasara un cuestionario, antes y después de la actividad. Tendrá que describir los cambios que han visto y responderá a la Lickert scale</p>	<p>Los resultados demuestran que los niños de la escuela de primaria aprenden mejora resolver conflictos, a través de actividades</p> <p>El 80% de los niños usan lo que aprendieron, en situaciones fuera del colegio y crearon sus propios “Conflict Resolution Circle” para su casa, el autobús del colegio y el patio (Heydenberk;, 2007)</p>
------	------------	--	--	---

2013	Leff and Waasdorp	Realizar un análisis de los diferentes programas para la prevención	<p>Es una revisión bibliográfica. Se revisaron 26 artículos sobre programas de prevención del <i>bullying</i>.</p> <p>Analizan dos métodos para prevenir el <i>bullying</i>:</p> <p>El programa de prevención de <i>bullying</i> Olweus que se basa en crear un ambiente de colegio seguro y positivo</p> <p>PRAISE: Este programa se basa en desarrollar habilidades para saber manejar y resolver los conflictos.</p>	<p>En el caso del programa de Olweus se consiguió una reestructuración del ambiente escolar, y eso conllevó una disminución de los casos del <i>bullying</i></p> <p>Cuando se aplicó el programa PRAISE se observó que los niños aumentan su capacidad para resolver conflictos y que disminuían los efectos de agresión física (Leff &amp; Waasdorp, 2013)</p>
------	-------------------	---	---	---

2013	Levine and Tamburro	Se analizará las diferentes iniciativas anti- <i>bullying</i>	Realiza un análisis de la literatura, acerca de las diferentes intervenciones anti- <i>bullying</i> . Se revisaron 10 artículos. Se centraron especialmente en aquellas destinadas a la resolución de conflictos como “Conflict Resolution Circle” y “Peace circle”	<p>Tras realizar la revisión, se concluyó que todas las técnicas de prevención de <i>bullying</i>, permite comenzar a moldear un clima en el colegio más seguro, en el que los niños pueden madurar y aprender</p> <p>Además, permite que los niños seas capaz de expresar como se sienten y resolver el conflicto</p> <p>(Levine &amp; Tamburrino, 2014)</p>
------	---------------------	---	---	---

2017	Saracho	Realizar una revisión bibliográfica de las diferentes intervenciones anti <i>bullying</i>	<p>Es una revisión de la literatura acerca de los diferentes planes de prevención, sobre <i>bullying</i>. Se revisan 8 artículos</p> <p>Los programas de prevención de los que se hablan son los siguientes:</p> <p>Steps to respect: Es un programa destinado a niños de 8 años destinado a que los niños desarrollen habilidades anti <i>bullying</i></p> <p>Second step: Es un programa dirigido a niños de edades entre 4 y 8 años y se pretende desarrollar habilidades sociales y disminuir el comportamiento agresivo</p>	<p>Estos programas vislumbran una reducción de las conductas agresivas y un aumento de las habilidades anti-<i>bullying</i>.</p> <p>((Saracho, 2017)</p>
------	---------	---	--	--

2014	Mc Cormac	Examinar la efectividad del programa de prevención del <i>bullying</i> , que ha sido diseñado para reducir los incidentes del <i>bullying</i> y usar los datos para mejorar el programa	<p>El estudio se hará con niños de 6- 8 años de un suburbio de Mid-Atlantic, en un colegio de infantil. El programa se basa en enseñar habilidades positivas y usar libros para hablar de la prevención del <i>bullying</i></p> <p>Para realizar el estudio de la evaluación del programa de prevención del <i>bullying</i>, se recogerán los datos necesarios para responder a seis preguntas relacionadas con la efectividad de la intervención.</p> <p>Además, se entregarán un formulario, en el que se redactara si se ha visto un episodio de <i>bullying</i> y otro formulario en el que se indicara los pasos que se han dado para solucionarlo (todo esto es para los profesores)</p> <p>A los estudiantes se les pasar una encuesta en la explicaran sus experiencias con el <i>bullying</i></p>	Se observo que, realizando esta intervención en niños de 4 años, en cursos posteriores se reduce el <i>bullying</i> y además los niños decían sentirse más escuchados por el profesorado (McCormac, 2014)
------	-----------	---	--	---



## APÉNDICE 2

### ARTICULOS EXCLUIDOS

Se expone un resumen de los artículos que se han excluidos en esta revisión.

*Fuente (elaboración propia)*

ARTÍCULOS EXCLUIDOS		
AÑO	AUTOR	MOTIVO DE EXCLUSIÓN
2019	Pas et al	No incluye un programa de prevención anti- <i>bullying</i> . La edad de los participantes es de 1-13 años (Pas et al., 2019)
2013	Vlachou et al	No especifica en que consiste el programa de prevención (Vlachou et al., 2013)
2013	Freeman	No incluye programa de prevención (Freeman, 2014)
2016	Da Silva et al	La edad de los participantes es mayor de 6 años,14 años (J. L. da Silva et al., 2016)
2019	Chuang et al	La edad de los participantes es 11 años (Chuang et al., 2019)
2019	Rawlings et al	No se especifica la edad de los niños (Rawlings & Stoddard, 2019)
2011	Desisto	No incluye un plan de prevención (DeSisto & Smith, 2015)
2017	Beauchesne et al	No se incluye el articulo completo (Beauchesne et al., 2017)
2017	Mastische-Jauk	El articulo hace referencia a niños de 10 a 14 años (Matischek-Jauk et al., 2018)
2016	Kidron et al	El articulo hace referencia a niños de 1,2 y 3 ESO ((Kidron et al., 2015)

## APÉNDICE 3

### Protocolo de intervención en Navarra

Fuente (Educación de Navarra)

#### ESQUEMA DE ACTUACIÓN PARA LOS CASOS DE ACOSO ESCOLAR

¿QUÉ OCURRE/QUÉ HACER?	¿CUÁNDO?	RESPONSABLE
Nos hemos enterado.	Día 1º	Cualquier persona.
Damos parte a tutor o miembro equipo directivo.	Día 1º	Cualquier persona.
Orden de estudiar y trabajar el caso. Nombrar responsable. Medidas protectoras.	Día 1º	Dirección
<b>Observación sistemática.</b> Determinación de posibles protagonistas implicados (víctima, agresores/as y espectadores/as).	Día 1º	Director, Jefe de estudios, orientador
* Verificación de la aplicación de normas de protección de datos y privacidad de la información en Internet <b>Obtención de los consentimientos informados de alumnos y padres</b> , en su caso, para el acceso a dispositivos e información personal relevante.	Día 1º	Director o Jefe de Estudios
Analizar si es un tema serio y constatado. Medidas cautelares. Si no fuera un tema grave y se viera posibilidad "clara" de solución hablando con víctima y agresor/a, es preferible para que no escale el conflicto.	Día 1º	Dirección o persona responsable
Garantizar y organizar la protección de la víctima.	Día 1º	Profesorado y otros.
Hablar con la posible víctima. ¿Quizá en lugar y tiempo distintos al marco escolar? ¿Tal vez por teléfono? En todo caso garantizar discreción. - Comunicarle que queremos ayudarle. Que cuente con nuestra ayuda. - Que cuente qué le ocurre. - Que pensamos trabajar el tema y necesitamos su conformidad. - Caso de que lo trabajáramos en clase, qué preferiría: ¿estar o no estar presente? - Que sepa que cuenta con nosotros. <b>Determinar y efectuar las entrevistas</b> a realizar con el resto de los protagonistas.	Día 1º/2º	Persona responsable. (Anexo 6)
Si el centro lo estima pertinente, obtener permisos de acceso a redes sociales y herramientas de comunicación del alumno/a (*).	Día 2º	Persona Responsable
Valorar si es el momento de hablar con las familias tanto de la víctima como de los agresores/as. ¿Conviene hacerlo ya o esperar? (Anexo 4)	Día 2º	Persona responsable con dirección...
Si el centro lo estima pertinente, obtener los permisos de acceso a redes sociales y herramientas de comunicación del alumno que deban otorgar los padres (*).	Día 3º	Persona Responsable
Estudio de la información con que contamos. Aclarar cuanto antes la gravedad y si se trata de un caso de - Acoso. - Ciberacoso, sexting, grooming (si se detecta <b>violencia de género</b> , seguir protocolo específico, Modelo 5 **). - Agresión puntual. - Conflicto.  Para poder hacer esta tarea, la persona responsable contará con tiempo haciéndose cargo de sus clases el profesorado de guardia. ¿Es necesario entrevistarse con todos o con algunos miembros del grupo? (confeccionar informe del Anexo 2). <b>*Custodiar y proteger la información documental obtenida.</b>	Día 2º	Persona responsable.
Dar parte a la Inspección y, en su caso contactar con la Asesoría para la Convivencia. <b>*1º.- Pedir asesoramiento</b> a Unidades de Investigación Tecnológica de la Policía o a la Fiscalía sobre la forma de proceder en cada caso. <b>*2º.-Según el asesoramiento recibido</b> , dar parte a Fiscalía de Menores o Fuerzas de Seguridad, en su caso.	Día 2º o 3º	Dirección.
Estudiar los datos y decidir cómo canalizar el tema. Establecer <b>plan de intervención</b> (concretar medidas mediante el Anexo 3).	Día 3º	Persona responsable y Orientador/a.
Calificación de la falta y medidas educativas, en su caso.	Día 3º	Dirección.
Trabajo de tutoría con el grupo: Es fundamental llegar a la reparación del daño tanto de los agresores/as como del grupo. Se ha decidido previamente con la víctima si está o no en clase. (Decidir si, además del tutor o tutora, intervienen otras personas).	Día 3º o 4º y siguientes.	Tutor/a.
Trabajo con la víctima. Sesión o sesiones. Si la víctima ha decidido no estar en clase de tutoría aprovechar el momento.	Desde el primer momento.	Tutora-¿Orientador/a? ¿Otros especialistas?
Trabajo con los acosadores/as. De forma individual y/o grupal.	A partir del día 4º	Tutor/a-¿Orientador/a?- ¿Otros especialistas?
Información a familias. Escrito y/u oral (Anexo 4).	Día 5º	Responsable y Dirección
Informe final a Inspección.	Final del proceso	Dirección.
Revisiones.	A determinar	Persona Responsable.

\* Realizar estas actuaciones cuando proceda en casos de ciberacoso (cyberbullying) o sexting.

\*\* Para llevar a cabo adecuadamente las actuaciones señaladas en esta tabla se recomienda revisar los materiales complementarios que figuran en la página Web de la Asesoría para la Convivencia: [Documentos de apoyo - Educación](#)

## APÉNDICE 4

### Escala PKBS-II en español

Escala de Competencia Social							
	Nunca	Casi Nunca	Algunas Veces	Con Frecuencia	Puntuación		
1. Es independiente cuando juega y trabaja	0	1	2	3			
2. Es cooperativo	0	1	2	3			
3. Ríe y se divierte con otros niños	0	1	2	3			
4. Juega con distintos niños	0	1	2	3			
5. Intenta comprender lo que otros hacen (Ej.: ¿Por qué lloran?)	0	1	2	3			
6. Es aceptado y cae bien a otros niños	0	1	2	3			
7. Sigue las instrucciones de los adultos	0	1	2	3			
8. Intenta hacer la tarea antes de pedir ayuda	0	1	2	3			
9. Hace amigos fácilmente	0	1	2	3			
10. Sabe controlarse	0	1	2	3			
11. Otros niños le invitan a jugar	0	1	2	3			
12. Utiliza bien su tiempo libre	0	1	2	3			
13. Acepta separarse de los padres sin problemas	0	1	2	3			
14. Participa en las conversaciones familiares o escolares	0	1	2	3			
15. Pide ayuda a un adulto cuando la necesita	0	1	2	3			
16. Cuando se leen historias se sienta y escucha	0	1	2	3			
17. Defiende los derechos de otros niños	0	1	2	3			
18. Se adapta bien a diferentes circunstancias	0	1	2	3			
19. Tiene habilidades y capacidades que sus compañeros admiran	0	1	2	3			
20. Anima a otros niños que se encuentran mal	0	1	2	3			
21. Invita a otros niños a jugar	0	1	2	3			
22. Recoge sus cosas cuando se le pide	0	1	2	3			
23. Respeta las reglas	0	1	2	3			
24. Busca el apoyo de un adulto cuando se encuentra mal	0	1	2	3			
25. Comparte sus juguetes y otras pertenencias	0	1	2	3			
26. Defiende sus derechos	0	1	2	3			
27. Se disculpa cuando molesta a otros sin querer	0	1	2	3			
28. Cuando es apropiado, cede y se compromete con las propuestas de otros	0	1	2	3			
29. Acepta las decisiones de los adultos	0	1	2	3			
30. Acepta los turnos para utilizar los juguetes u otros objetos	0	1	2	3			
31. Se muestra seguro en situaciones sociales	0	1	2	3			
32. Reacciona correctamente cuando se le corrige	0	1	2	3			
33. Es sensible a los problemas de los adultos (Ej.: ¿percibe la tristeza?)	0	1	2	3			
34. Muestra afecto por otros niños	0	1	2	3			
TOTALES							
					SC	INT	IND

Fuente (Fernández et al., 2010)

**Escala de Comportamiento Antisocial**

	Nunca	Casi Nunca	Algunas Vezes	Con Frecuencia	Puntuació	
1. Actúa impulsivamente, sin pensar	0	1	2	3		
2. Finge estar enfermo cuando se siente mal o tiene miedo	0	1	2	3		
3. Se burla o se ríe de otros niños	0	1	2	3		
4. No responde al afecto de los otros	0	1	2	3		
5. Está demasiado apegado al padre o al educador	0	1	2	3		
6. Hace ruidos molestando a los demás	0	1	2	3		
7. Tiene un temperamento fuerte	0	1	2	3		
8. Reclama toda la atención	0	1	2	3		
9. Es ansioso o se muestra tenso	0	1	2	3		
10. No comparte	0	1	2	3		
11. Agrede físicamente (golpes, de patadas, empuja, etc.)	0	1	2	3		
12. Evita jugar con otros niños	0	1	2	3		
13. Grita o chillá cuando se enfada	0	1	2	3		
14. Coge las cosas de otros niños sin permiso	0	1	2	3		
15. Le cuesta concentrarse o hacer las tareas	0	1	2	3		
16. Desobedece las normas	0	1	2	3		
17. Tiene dificultades para establecer amistades	0	1	2	3		
18. Es miedoso o asustadizo	0	1	2	3		
19. Se deben hacer las cosas a su manera	0	1	2	3		
20. Es muy activo – incapaz de quedarse quieto	0	1	2	3		
21. Es vengativo con los demás niños	0	1	2	3		
22. Desafía a los padres o al maestro	0	1	2	3		
23. Se queja de molestias o enfermedades	0	1	2	3		
24. Se resiste a ir al colegio	0	1	2	3		
25. Es inquieto y travieso	0	1	2	3		
26. Insulta a los compañeros	0	1	2	3		
27. Es difícil consolarlo cuando está mal	0	1	2	3		
28. Se aísla de los demás compañeros	0	1	2	3		
29. Maltrata o intimida a otros compañeros	0	1	2	3		
30. Parece infeliz o deprimido	0	1	2	3		
31. Tiene un comportamiento impredecible	0	1	2	3		
32. Tiene celos de otros niños	0	1	2	3		
33. Actúa como un niño de menos edad	0	1	2	3		
34. Rompe las cosas de los demás	0	1	2	3		
35. Es caprichosa	0	1	2	3		
36. Es muy sensible a las críticas	0	1	2	3		
37. Llorquea y se queja	0	1	2	3		
38. Se aprovecha de los otros niños	0	1	2	3		
39. Interrumpe las actividades de clase	0	1	2	3		
40. Miente	0	1	2	3		
41. Se le provoca fácilmente – salta a la primera	0	1	2	3		
42. Molesta a los compañeros	0	1	2	3		
TOTALES						
					II*	II*

Fuente (Fernández et al., 2010)

## **APÉNDICE 5**

Cuestionario de satisfacción.

*Fuente (Elaboración propia)*

### **CUESTIONARIO DE SATISFACCIÓN DEL PROGRAMA DE PREVENCIÓN **DESCUBRETE****

**1º ¿Qué os ha parecido las actividades realizadas?**

**2º ¿Os han sido de utilidad las actividades? ¿En qué sentido?**

**3º ¿Qué aspectos mejoraríais?**

**OBSERVACIONES**

## APÉNDICE 6

Página Web en la que se describe el plan de prevención

<https://plandepreencioncom.wordpress.com/>

### CARTEL DE PROMOCIÓN



CÓDIGO QR



