

# **Fundamentos, ideas y recursos para la prevención del *cyberbullying***

## ***Foundations, Ideas and Resources for Prevention of cyberbullying***

LUIS HIDALGO LORENTE  
LICENCIADO EN PSICOPEDAGOGÍA.  
MAESTRO EN EDUCACIÓN PRIMARIA

---

### **Resumen**

El *cyberbullying* es una realidad y el mundo digital no es el problema. Educar en la prevención, en el uso apropiado y responsable de internet es fundamental. Reciclarse es casi una obligación social y más en el ámbito educativo. El artículo ofrece fundamentos y recursos para aplicar en los centros con las adaptaciones necesarias.

**Palabras clave:** *cyberbullying*, mundo digital, prevención, responsabilidad, internet, TIC, reciclaje.

### **Abstract**

Cyberbullying is a reality and the digital world is not the problem. Education in prevention, so that Internet users behave in an appropriate and responsible way, is essential. Getting updated is almost a social obligation particularly in education. This paper presents foundations and resources to be applied at the school within the necessary adaptations.

**Key words:** cyberbullying, digital world, prevention, responsibility, Internet, ICT, updating.

## 1. INTRODUCCIÓN

La informática evoluciona tan rápido que no da respiro alguno a la sociedad; los docentes y las familias de los discentes se ven avocados a una adaptación al medio tan difícil como necesaria. Hoy en día, cualquier dispositivo móvil conecta con cualquier parte del planeta casi al instante. Por eso, debemos conocer, en profundidad, esta poderosa herramienta para optimizar su uso en la labor docente en las diferentes etapas educativas.

Un uso inapropiado, irresponsable e inconsciente de internet por parte de los alumnos puede desembocar en un fracaso educativo total, la reputación y la huella digital es imborrable y los daños muy difícilmente reparables.

Por eso, debemos conocer diferentes estrategias de prevención, detección y actuación ante la triste realidad del *cyberbullying*.

Teléfono inteligente, redes sociales y nuevas aplicaciones de mensajería instantánea han modificado, en muy poco tiempo, las condiciones y estructuras de la relación, sí, pero, también, de la vida personal, de la capacidad de cada individuo para estar consigo mismo, sin necesidad de nada ni de nadie. Y nuestros adolescentes y jóvenes, y, cada vez más, nuestros niños, han penetrado en este singular y divergente mundo. Sin miedo, sin miedos. Sin reticencias.

En primer lugar, debemos tener claro qué es y qué no es *cyberbullying*:

Según el publicado por el INTECO en Marzo de 2009 el *cyberbullying* se define como acoso entre iguales en el entorno TIC, e incluye actuaciones de chantaje, vejaciones e insultos de niños a otros niños.

El *cyberbullying* es el uso de los medios telemáticos (Internet, telefonía móvil y videojuegos *online* principalmente) para ejercer el acoso psicológico entre iguales. No se trata aquí el acoso o abuso de índole estrictamente sexual ni los casos en los que personas adultas intervienen.

La utilización de herramientas propias del entramado TIC para la acción individual y colectiva a desarrollar que se sugiere. Trabajar en los centros educativos con redes sociales, propiciando la reflexión conjunta, el diálogo, la aportación de contenidos y argumentos, no puede sino abonar el terreno para la generación de nuevas vías de culturización, para la producción de conocimiento, ideas y materiales y, en cualquier caso, para la contextuali-

zación y reutilización de cada parcela de realidad con la que niños y adolescentes se topan, con la que interactúan y a la que, en ocasiones, se enfrentan (Morduvichovicz, 2012).

Por tanto, tiene que haber menores en ambos extremos del ataque para que se considere *cyberbullying*: si hay algún adulto, entonces estamos ante algún otro tipo de ciberacoso.

Tampoco se trata de para encontrarse con ellos fuera de la Red o explotar sus imágenes sexuales. Aunque hay veces en que un menor comienza una campaña de *cyberbullying* que puede acabar implicando a adultos con intenciones sexuales.

Una vez clara la diferencia, debemos reconocer una situación real de *cyberbullying* a la mayor brevedad posible.

Es importante estar al día en las últimas modas y redes sociales que utilizan los adolescentes (sí, toca reciclarse) para poder hablar con ellos de los ajustes de privacidad, enseñarles a reconocer perfiles falsos o por qué deben de desconfiar de correos y mensajes que les pidan sus datos personales, bancarios o contraseñas.

Hay que estar atentos a:

- Los *cambios de humor repentinos* como el *aumento de la agresividad*, una *mayor irritabilidad o ansiedad* aparentemente injustificada.
- El deterioro de sus relaciones sociales.
- El *cambio repentino* de sus amistades.
- La disminución, sin motivo aparente, del rendimiento académico.
- Si se muestran *tristes o nerviosos* a la hora de consultar el ordenador y el móvil o si se obsesionan con ello, podría ser un indicativo para detectar un problema mayor.

El *cyberbullying* y el *bullying* o acoso escolar no son tan similares como podría pensarse. En ambos, se da un abuso entre iguales pero poco más tienen que ver en la mayoría de los casos. El *cyberbullying* atiende a otras causas, se manifiesta de formas muy diversas y sus estrategias de acercamiento y consecuencias también difieren. Sí es bastante posible que el *bullying* sea

seguido de *cyberbullying*. Es posible que el *cyberbullying* pueda acabar, también, en una situación de *bullying*, pero desde luego esto último sí que es poco probable.

Debido al anonimato, la no percepción directa e inmediata del daño causado y la adopción de roles imaginarios en la Red convierten al *cyberbullying* en un grave problema.

Las formas en las que se manifiesta son muy variadas y sólo se encuentran limitadas por la pericia tecnológica y la imaginación de los menores acosadores. Algunos ejemplos concretos podrían ser los siguientes:

- Colgar en Internet una imagen comprometida (real o efectuada mediante fotomontajes) datos delicados, cosas que pueden perjudicar o avergonzar a la víctima y darlo a conocer en su entorno de relaciones.
- Dar de alta, con foto incluida, a la víctima en una web donde se trata de votar a la persona más fea, a la menos inteligente... y cargarle de puntos o votos para que aparezca en los primeros lugares.
- Crear un perfil o espacio falso en nombre de la víctima, en redes sociales o foros, donde se escriban, a modo de confesiones, en primera persona determinados acontecimientos personales, demandas explícitas de contactos sexuales...
- Dejar comentarios ofensivos en foros o participar agresivamente en chats haciéndose pasar por la víctima de manera que las reacciones vayan posteriormente dirigidas a quien ha sufrido la usurpación de personalidad.
- Dando de alta la dirección de correo electrónico en determinados sitios para que luego sea víctima de *spam*, de contactos con desconocidos...
- Usurpar su clave de correo electrónico para, además de cambiarla de forma que su legítimo propietario no lo pueda consultar, leer los mensajes que a su buzón le llegan violando su intimidad.
- Provocar a la víctima en servicios web que cuentan con una persona responsable de vigilar o moderar lo que allí pasa (chats, juegos *online*, comunidades virtuales...) para conseguir una reacción violenta

que, una vez denunciada o evidenciada, le suponga la exclusión de quien realmente venía siendo la víctima.

- Hacer circular rumores en los cuales a la víctima se le suponga un comportamiento reprochable, ofensivo o desleal, de forma que sean otros quienes, sin poner en duda lo que leen, ejerzan sus propias formas de represalia o acoso.
- Enviar mensajes amenazantes por *e-mail*, SMS, *WhatsApp*, etc... perseguir y acechar a la víctima en los lugares de Internet en los que se relaciona de manera habitual, provocándole una sensación de completo agobio.

Por lo tanto educación y concienciación se imponen para evitar o, al menos, detectar a tiempo este tipo de conductas de *cyberbullying*. Uno de los principales problemas a los que se enfrentan los padres y docentes es que desconocen el mundo *online* en el que se mueven sus hijos y/o alumnos, pero no tiene que ser un inconveniente. Si estáis desactualizados, podéis utilizarlo a vuestro favor y aprovechar para que sean vuestros hijos y/o alumnos los que os expliquen cómo utilizan las redes sociales o los canales de mensajería. De paso, conoceréis, de primera mano, su comportamiento digital.

Existen diferentes materiales y recursos para la prevención y detención del *cyberbullying*; tenemos el socio-grama para conocer mejor al grupo y ser conscientes de realidades que, en ocasiones, se nos escapan, también, disponemos de multitud de vídeos para hacer ver a los alumnos diferentes situaciones, cómo actuar ante ellas y en definitiva ayudar a sus compañeros.

Este tipo de materiales son el instrumento que los docentes necesitamos para acompañar a nuestros jóvenes en este viaje por las nuevas tecnologías, que es imparabile y que, además, no debe suponer ningún problema sino justo lo contrario, una solución para muchas cosas. Es mejor hacerlo de una forma pedagógica e inclusiva, compartir experiencias les hará abrirse más fácilmente.

La visualización de estos vídeos y la posterior puesta en común en el grupo hacen una labor fundamental: la de ponerse en el lugar del otro (empatizar), proponer posibles soluciones y actuaciones.

Mas adelante, veremos, en profundidad, cómo debe actuar tanto el docente como los alumnos ante estas situaciones, prevención, detección y actuación.

Es clave identificar las para que los alumnos puedan reconocer que están siendo objeto de acoso cibernético desde las etapas más tempranas del problema y poder frenar esta situación.

1. Burlas.
2. Amenazas y chantajes.
3. Suplantación de la identidad.

Para evitar llegar a estas situaciones límite, y puesto que la víctima es consciente de su acoso desde el inicio del problema, los padres, tutores y docentes deben aprender a captar estas señales y ayudar al menor a manifestar sus experiencias del día a día.

En los últimos años, el *cyberbullying* se ha convertido en el problema que más afecta a los niños y adolescentes de todo el mundo. De hecho, en España el 81% de los menores sufre esta forma de violencia. En la mayoría de las ocasiones, el acoso cibernético tiene su origen dentro de las aulas, pero lo que podía ser un momento de tensión en clase, con las nuevas tecnologías deriva en un ciberacoso que trasciende las paredes del colegio y se cuela en todos los ámbitos de la vida de la víctima.

Según estudios realizados por Garaigordobil (2011), Kowalski, Limber y Agatston (2010), se pueden identificar ocho tipos distintos de *cyberbullying*:

1. **Difusión de datos personales.** Se hacen públicos ciertos datos personales de la víctima, que pudieron ser confiados anteriormente.
2. **Pérdida de respeto mediante insultos.** Las víctimas pueden verse insultadas a través de las, su correo electrónico, etc.
3. **Agresiones verbales u hostigamiento.** El móvil, los chats, los foros, redes sociales, etc. se pueden usar como medios para el acoso.
4. **Difamación.** Degradación de la víctima a través de informaciones falsas o inventadas a través de webs, chats, redes sociales, correos electrónicos, etc.
5. **Usurpación de identidad.** Suplantación de la identidad de la víctima mediante sus cuentas personales para realizar comentarios crueles y agresivos en nombre de la propia víctima.

6. **Bloqueo en la red social.** Excluyen a la víctima bloqueando su acceso en determinada red social con el fin de aislarla.
7. **Ciber-persecución.** Se realiza mandando continuos mensajes al móvil o al correo electrónico, o a través de la red social amenazando, insultando a la víctima.
8. **Paliza feliz o *happy slapping*.** Consiste en difundir la grabación de las agresiones físicas para después subirlas a Internet o difundirlas a través de las redes sociales.

En el preámbulo de la LOMCE, se expone que sólo un sistema educativo de calidad, inclusivo, integrador y exigente, garantiza la igualdad de oportunidades y hace efectiva la posibilidad de que el alumnado desarrolle el máximo de sus potencialidades, afirmándose que equidad y calidad son dos caras de una misma moneda. No es imaginable un sistema educativo de calidad en el que no sea una prioridad eliminar cualquier atisbo de desigualdad.

## 2. OBJETIVOS

1. Reflexionar sobre la necesidad de educar en alfabetización digital, el enfoque preventivo y de intervención eficaz desde el conocimiento, a los escolares más pequeños en nuestras escuelas, no desde el miedo o la reticencia ante el riesgo.
2. Ofrecer una propuesta amplia de acciones didácticas, basadas en experiencias significativas y contrastadas, para desarrollar por los centros educativos.

## 3. HERRAMIENTAS DE DETECCIÓN

### 3.1. La detección y la obtención de información preliminar

- Cualquier miembro de la comunidad educativa que tenga indicios razonables de que puede estar produciéndose un caso de *cyberbullying* entre iguales pondrá esta circunstancia en conocimiento de algún profesor, preferentemente el tutor, orientador o miembro del Equipo Directivo. Es imprescindible cuidar la confidencialidad y la discreción en los procesos de comunicación.

- La información recibida deberá ponerse *siempre* en conocimiento del Equipo Directivo.
- La información recibida deberá ser analizada por el Equipo Directivo a la mayor brevedad, con la colaboración del tutor y del orientador del Centro y, en su caso, del inspector del Centro:
  - *Análisis de la información recibida y de las pruebas* de la situación que ha sido puesta en conocimiento.
  - *Determinación de alumnos implicados* como presuntos agresores y víctimas. Valoración de antecedentes y posibles experiencias de relación en espacios comunes, aulas, actividades complementarias y extraescolares.
  - En su caso, *valorar la posibilidad de entrevista con el alumno presuntamente objeto de maltrato y valoración sobre desarrollo de plan de entrevistas*. Todo ello en el marco de la más absoluta discreción y confidencialidad y solicitándose, si así se estima, entrevista con la familia del presunto alumno objeto de maltrato por compañeros.

### **3.2. La valoración del caso: indagación y primeras respuestas**

- El Equipo Directivo planificará el proceso de investigación y valoración de la situación analizada a la luz de los datos recabados de la información preliminar, informando de ello al Tutor, Orientador y, en su caso, PTSC, y Comisión de Convivencia. De la citada valoración y según los indicios y pruebas con los que se cuenta dependerá la adopción de medidas a planificar. La tasación de la situación es fundamental para la derivación del proceso.
- Ante evidencias de *cyberbullying* y sin perjuicio de seguir recopilando y analizando la información pertinente, en esta segunda fase, se contemplará con carácter prioritario la intervención inmediata a los efectos de intentar evitar que la situación conocida siga manteniéndose en el tiempo; todo ello, previo a la toma de decisiones que pueda plantearse al final del proceso.
- Detener, parar con rotundidad y rapidez la situación detectada. De eso se trata.



La investigación contemplará actuaciones a continuación detalladas:

**a) Acciones de búsqueda de información:**

- **Los implicados** (víctima y agresor). solicitud de información y obtención de referencias específicas de la situación detectada:
- **La entrevista con la víctima.** La entrevista con la víctima deberá contemplar la acogida de la misma, la valoración de los efectos y consecuencias producidos, la confidencialidad de las actuaciones, la posible identificación de los presuntos agresores y la imprescindible garantía de discreción y toma en consideración de lo expuesto y del desarrollo de acciones que se estimen pertinentes en función de la valoración del caso.
- **La entrevista con el posible agresor.** Deberá contemplar su valoración de los hechos acontecidos, su actitud ante las consecuencias producidas y, de modo expreso, ante subsiguientes procesos de reparación y reconciliación.

**b) Las familias de los alumnos implicados** (víctima y agresor):

- **Las entrevistas con la familia del alumno víctima** deberán incorporar cautelas que garanticen la actitud decidida hacia la intervención correctora en el caso de que sea preciso, el ajuste a reglamento y la discreción del proceso de investigación, así como la solicitud de colaboración para eventuales actuaciones subsiguientes tales como el contacto con la familia del presunto agresor.
- **Las entrevistas con la familia del agresor** deberá cuidar especialmente la aportación ordenada de los datos recabados, la solicitud de colaboración en el proceso de valoración y toma de decisiones definidos y el adecuado tratamiento de posibles respuestas de confrontación ante la situación planteada.

**c) Entorno próximo:**

- **Compañeros que puedan ser conocedores de la situación**
  - Las entrevistas con los compañeros posibles conocedores de la situación detectada deberán, en todo caso, recabar información y

solicitar la colaboración imprescindible para detener el conflicto y reducir los efectos perniciosos producidos.

- **Los profesores de los alumnos afectados.**

- Es imprescindible recabar la colaboración de los implicados y de su entorno próximo. La acción ordenada, adecuadamente documentada, secuenciada y planificada es una garantía para contar con la colaboración de todos en el proceso detectado.

La información recabada deberá detallar, lo más explícitamente posible, los siguientes apartados:

- La naturaleza, intensidad, difusión y gravedad de la situación conocida.
- Alumnos implicados.
- Duración de la situación.
- Efectos producidos.
- Características de los dispositivos utilizados.

Resulta imprescindible ordenar adecuadamente las actuaciones y garantizar la información a los implicados sobre el proceso desarrollado y la discreción en el tratamiento de los datos e información recabada.

La complejidad de este tipo de situaciones puede derivar en la necesidad de consulta y asesoramiento a servicios externos al centro, según las circunstancias, necesidad y pertinencia.

Entre otros, se puede acudir a: la Agencia de Protección de Datos de la Comunidad de Madrid, la Agencia Española de Protección de Datos, el Defensor del Menor, los Agentes Tutores de la Policía Local, los Servicios Sociales o las Unidades de Investigación Tecnológica o Delitos Telemáticos de las Fuerzas y Cuerpos de Seguridad del Estado (Policía Nacional y Guardia Civil).

En el supuesto de confirmación de ciberacoso entre iguales, podrán adoptarse medidas de naturaleza cautelar (Art. 11, Ley 2/2010), informándose de las mismas al Tutor, Comisión de Convivencia del Centro, Orientador y, en su caso, PTSC y la Inspección Educativa, solicitándose de unos y otros la reflexión sobre las condiciones y criterios básicos del plan de intervención a desarrollar. Tal como establece el artículo citado, la adopción de medidas cautelares será comunicada a los padres o representantes legales de los alumnos.

Cuando, tras la valoración de la situación detectada (naturaleza, características, intensidad, gravedad y efectos), *no se derive una evaluación de ciberacoso*, se tomará, en consideración, el desarrollo proporcionado de actuaciones que puedan incluir, en su caso, las respuestas de apoyo al alumno considerado víctima, rectificación y reparación de las acciones inadecuadas detectadas, la comunicación a las familias y a la Comisión de Convivencia de la valoración efectuada y, de manera singular, el desarrollo de actividades didácticas de sensibilización, información y formación del alumnado.

Todas las actuaciones de investigación realizadas, dirigidas y orientadas por el Equipo Directivo del Centro, se detallarán en un Informe específico custodiado por el Jefe de Estudios.

### **3.3. El Plan de actuación**

En el supuesto de confirmación de ciberacoso:

#### *3.3.1. Actuaciones con los alumnos afectados*

- **Con la víctima:** desarrollo de acciones de apoyo y protección, programas específicos de apoyo personal y social; derivación, en su caso, a servicios externos.
- **Con el agresor:** desarrollo de programas de ayuda personal y social, pertinencia de aplicación del RRI y posible derivación a servicios externos.
- **Con los compañeros:** información básica; desarrollo de programas de favorecimiento de la convivencia pacífica y sensibilización.
- Actuaciones para la facilitación, en su caso, de procesos de mediación entre víctima y agresor. Generar condiciones para la (1) reparación, (2) reconciliación, (3) resolución y (4) nueva configuración relacional, a través de formatos de ayuda o mediación con participación de iguales, Comisión de Convivencia, Jefatura de Estudios, Tutoría, Orientador...

#### *3.3.2. Actuaciones con las familias*

- **Del alumno víctima:** orientaciones sobre indicadores relevantes de comportamiento y pautas de atención y apoyo, seguimiento del caso, orientaciones sobre posibles apoyos externos al Centro.

- **Del alumno agresor:** orientaciones sobre indicadores relevantes de comportamiento y pautas de atención, apoyo y control de conductas, seguimiento del caso, orientaciones sobre posibles apoyos externos al Centro.

### 3.3.3. *Con el profesorado*

- Información.
- Sensibilización.
- Formación para la prevención, detección y actuación en situaciones de ciberacoso entre iguales y favorecimiento del desarrollo de patrones de relación en convivencia pacífica.

## 3.4. **Evaluación y seguimiento del Plan**

- Del caso concreto: resultados del plan en relación a la víctima y al agresor, situación de la víctima y del agresor y actuaciones desarrolladas no previstas en el plan.
- De las actuaciones desarrolladas en el aula y en todo el Centro.
- De las actuaciones de sensibilización y formación del profesorado.
- Del proceso de reflexión, análisis y sensibilización con las familias y el resto de la Comunidad Educativa.
- De especial consideración se entiende el trabajo y actuaciones de la Comisión de Convivencia del Centro.

## 3.5. **Información y sensibilización: la necesidad de prevenir**

El *Equipo Directivo* y la *Comisión de Convivencia* del Consejo Escolar han de promover el diseño y desarrollo de actuaciones de información y sensibilización en la comunidad educativa en su conjunto. Es una tarea necesaria y, probablemente, imprescindible.

Es imprescindible informar y formar. Afrontar los retos desde la prevención. Conductas insolidarias, de abuso y dolor pueden servirnos de herramienta para la reflexión conjunta, para el análisis sosegado de lo que ha pasado, de por qué ha pasado, de los efectos que ha generado, de las soluciones planteadas, de las actuaciones desarrolladas. Es imprescindible pre-

venir, pero la acción de sensibilización tras acontecimientos cercanos y hechos reales es singularmente efectiva.

A continuación, nos encontramos con una guía muy interesante para hacer reflexionar a los alumnos:

**Figura 1.** Guía para el análisis y a reflexión de los alumnos.

*Fuente:* Luengo Latorre (2011).

**Guía para el análisis y la reflexión de los alumnos**  
(Material para uso didáctico del tutor)

**¿Soy víctima de ciberacoso? ¿Qué puedo hacer?**  
*Propuesta para la reflexión de los alumnos en situaciones de conflicto por posible ciberacoso*

*La presente guía de autorreflexión se propone como un documento de base que permitiría al profesorado testar con sus alumnos las posibles dudas que ellos mismos pudieran tener sobre si determinadas situaciones deben o no ser consideradas como ciberacoso, así como las hipotéticas acciones a desarrollar; se introduce, también, como instrumento didáctico a **desarrollar y personalizar en cada centro** con las aportaciones que los propios alumnos (en actividades didácticas de prevención y sensibilización) puedan plantear en la secuencia de autoanálisis sugerida. Se entiende como un material a trabajar siempre con la supervisión de un adulto.*

- La edad de los alumnos, así como su madurez, pueden considerarse un factor básico para determinar los pasos a dar por una posible víctima de ciberacoso cuando tiene por primera vez conocimiento de una situación que puede encajar en el fenómeno de referencia.
- Sin embargo, puede ser necesario establecer **algún criterio** para determinar cuándo es necesario informar a los adultos a la primera señal de una posible agresión y si puede entenderse que exista la posibilidad de actuar personalmente o con la ayuda de algún compañero para intentar detener los que nos afectan.
- **Por ejemplo**, la normativa sobre consentimiento para el tratamiento de datos de carácter personal de menores de edad define la posibilidad de que éstos puedan consentir dicho tratamiento a partir de los 14 años. Esta circunstancia les habilita a crear un perfil en una red social (y las acciones que de ello se derivan) sin el consentimiento expreso de los padres.

*REAL DECRETO 1720/2007, de 21 de diciembre, por el que se aprueba el Reglamento de desarrollo de la Ley Orgánica 15/1999, de 13 de diciembre, de protección de datos de carácter personal.*

Aborda en su artículo 13 el consentimiento para el tratamiento de datos de menores de edad.

1. Podrá procederse al tratamiento de los datos de los mayores de catorce años con su consentimiento, salvo en aquellos casos en los que la Ley exija para su prestación la asistencia de los titulares de la patria potestad o tutela. En el caso de los menores de catorce años se requerirá el consentimiento de los padres o tutores.

- Podría utilizarse este parámetro citado como referencia para definir modos de actuar diferentes en función de la edad ante una supuesta situación de ciberacoso.

**1. Cuando te enteres de que algún compañero puede estar haciendo cosas que te resultan ofensivas o desagradables utilizando para ello algún dispositivo tecnológico; por ejemplo,**

- Si alguien ha grabado y colgado imágenes tuyas sin tu consentimiento en una red social, o en una página web de videos.
- Si observas que han retocado ofensivamente tu foto o que está etiquetada de manera insultante.
- Si has recibido mensajes de texto ofensivos o se te insulta y veja en algún blog o foro,
- Si han suplantado tu identidad en la red social o mensajería instantánea y te utilizan para mandar mensajes a otras personas...

**2. Analiza y valora lo sucedido y piensa cómo te afecta en lo personal y social.** A veces, se trata de bromas que no siguen en el tiempo o que consideras, incluso, que no son importantes. Si consideras que, por el momento, no sabes muy bien qué pasa y quieres enterarte bien antes de decidir qué hacer, **reúne información (paso 4.-).**

**3. No obstante, incluso aunque no dispongas de muchos datos, si lo que vives te sorprende y te sientes ofendido y sin posibilidad de respuesta, cuéntalo inmediatamente a tus padres y/o profesores.** Puede ocurrir que algún compañero te cuente lo que está pasando o que tú mismo lo hayas detectado pero que no dispongas de posibilidades de saber quién ha provocado la situación; puede que sepas quién te ha ofendido, pero no te atreves a decirle nada. En otras ocasiones te enteras tarde, cuando ya lleva tiempo diciéndose algo insultante de ti o utilizándose alguna imagen tuya sin consentimiento y de modo inadecuado, y no sabes cómo proceder... Si te sientes inseguro y dolido, informa de lo que conoces aunque no tengas demasiada información.

**4. Reúne información (y no te deshagas de ella)** sobre lo que consideras que, en principio, puede ser algo ofensivo hacia ti mediante el uso de medios tecnológicos, cuáles han sido éstos y reflexiona sobre cómo te sientes. Puedes hablar con algún compañero con el que tengas confianza. Pregúntate por:

- **Qué** ha pasado.
- **Cómo** ha ocurrido: procedimiento que se ha utilizado y difusión.
- **Cuándo** ha ocurrido: el comienzo.
- **Cuánto**: durante cuánto tiempo lleva produciéndose la situación.
- **Quién o quiénes** han desarrollado la acción y quiénes la conocen. ¿Es o son conocidos los autores?
- **Por qué**: ¿existe alguna causa que creas que ha podido originar la situación?
- **Para qué**: ¿qué crees que pretenden los autores de lo que ha pasado?

**5. Escribe en un cuaderno todas aquellas cosas que has ido averiguando y que consideres que te están afectando.**

**6. Escribe también cómo querrías que se solucionase o terminase la situación que estás viviendo.** Imagina el final mejor para ti y quién o quiénes podrían intervenir para ayudarte.

7. Si una vez analizada la situación sigues teniendo dudas y no tienes quién te pueda ayudar a desvelarlas o si consideras que lo que está ocurriendo es grave y no puedes ni asumirlo ni controlarlo, habla inmediatamente con tus padres y/o profesores sobre lo que estás viviendo y apórtales la información que has podido recoger.

8. Si crees que, por la escasa gravedad de la situación, por sus características, o incluso, por quién puede estar ofendiéndote (procura consultar con alguien de tu confianza) puedes afrontar los hechos y actuar para que se detengan inmediatamente, valora la posibilidad de hablar o tomar contacto con el compañero o compañeros causantes de la situación que consideras que te afecta.

9. En el caso de que la respuesta a tu intervención haya sido positiva y notes que se te ha entendido y se comprende tu queja, asegúrate que los hechos que te han afectado dejan realmente de producirse y de que no quedan rastros de los mismos. Exige que esto sea así siempre. Puedes buscar la ayuda de algún compañero en este proceso. Si es posible esta opción y la has llevado a cabo, describe en tu cuaderno qué ha pasado y cómo te han respondido.

10. Si esta intervención no ha tenido éxito o tienes serias dudas sobre lo que puede pasar a partir de ese momento, pon en conocimiento de tus padres y/o profesores la situación en cuanto puedas.

**Pedir ayuda no es de cobardes. Todo lo contrario.**

## 4. MATERIALES DETECCIÓN

### 4.1. Sociograma

El sociograma como herramienta para detectar el acoso escolar, es un cuestionario que se aplica a los niños y permite detectar el grado en que los individuos son aceptados o rechazados en un grupo y conocer la dinámica social que se establece entre ellos, mas allá de lo observado por el profesor.

Su utilización puede ser un interesante elemento para detectar posibles casos de exclusión de un alumno y trabajar sobre ello.

El sociograma se basa en observaciones que nos llevan a conocer las relaciones afectivas y de comunicación que se dan dentro del grupo.

*El sociograma evalúa las relaciones que se dan entre los alumnos del aula. Se administra de forma individual y persigue conocer las relaciones que establece el alumno en el aula con sus compañeros (sus filias y sus fobias).*

Para elaborar un socio-grama, antes debemos motivar al alumnado, procurando que las preguntas a las respuestas que les hemos formulado sean individuales, aclarándoles las dudas, haciéndoles ver que deben contestar al mayor número de preguntas.

Estas preguntas irían en relación con la aceptación o rechazo de un compañero bien para tareas de clase o para ocio. Del resultado podemos comprobar que muchas conductas agresivas se adquieren y mantienen por el refuerzo de los compañeros.

El procedimiento del sociograma comprende los siguientes pasos:

**1. Formulación de las preguntas** a todos los miembros del grupo para que manifiesten sus preferencias y rechazos. Se trata de un cuestionario de dos categorías de respuesta, puesto que pretendemos detectar:

- *Preferencias intelectuales:* son preguntas de tipo «efectivo» (nos muestran las elecciones en actividades productivas del aula).
  - ¿A quién elegirías para hacer el trabajo obligatorio del área de Lengua? (carácter positivo).
  - ¿A quién no elegirías para hacer el trabajo obligatorio...? (carácter negativo).
  - ¿A quién elegirías para realizar un mural para el día de la Paz?
  - ¿A quién no elegirías para realizar...?
- *Preferencias afectivas:* son preguntas de tipo «afectivo» (se trata de las elecciones para las actividades de tipo lúdico).
  - ¿A quién invitarías a tu fiesta de cumpleaños? (carácter positivo).
  - ¿A quién no invitarías a tu fiesta...? (carácter negativo).
  - ¿Con quién compartirías la tienda de campaña en una excursión?
  - ¿Con quién no compartirías la tienda...?



Conviene que las preguntas sean sencillas, realistas y concretas. Pueden tener carácter positivo o negativo.

Es conveniente fijar un número determinado de elecciones; un número suficiente puede ser tres como máximo, eligiendo a sus compañeros por orden de preferencia.

Cada alumno da las respuestas numéricamente, teniendo un listado de la clase con el nombre y el número correspondiente de cada compañero; esta lista de la clase puede ser también escrita en la pizarra por el profesorado antes de comenzar la prueba.

Es sumamente importante e imprescindible asegurar la confidencialidad de las respuestas; entre el profesorado-alumnado debe mediar una firme promesa de secreto sobre las elecciones y, especialmente sobre los rechazos emitidos por cada uno de los miembros de la clase.

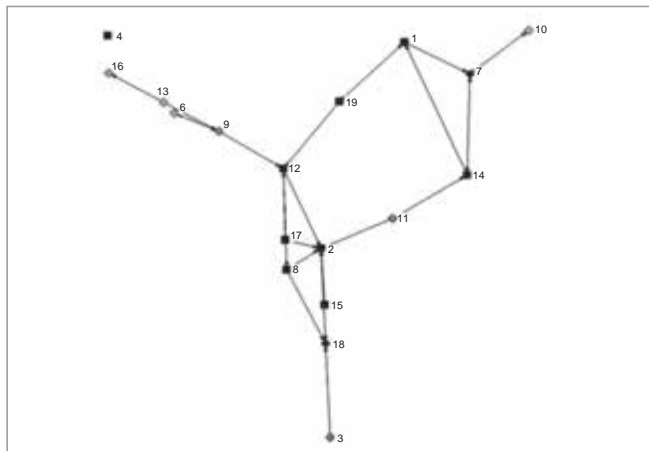
## 2. Elaboración o tabulación de las respuestas.

## 3. Confección del sociograma

propiamente dicho: las chicas serán representadas gráficamente por rombos, color rosa y los chicos por cuadrados color azul (a modo de ejemplo, se podrán asignar los que el autor decida), cada uno de ellos tendrá escrito el número que ocupa en la clase. Como sistema de representación de la dirección de las elecciones o rechazos usaremos flechas que señalarán el sujeto elegido.

**Figura 2.** Resultado gráfico de un sociograma.

*Fuente:* elaboración propia.



Se trata, pues, de una forma práctica de visualizar los resultados mediante rombos-cuadrados-flechas.

Las operaciones resultantes nos proporcionarán la información sobre la estructura social del aula: líderes del grupo, alumnado popular, en aislamiento, etc.

Se tiene que valorar que estas interacciones tienen un grado de estabilidad que puede ser modificado por la entrada de nuevos miembros, por cambios en la clase o por otro tipo de presiones que pueda generar variables externas e internas.

Esta técnica presenta, como otras, una serie de limitaciones. Mediante esta técnica se detecta la existencia de algún problema en el grupo (no cuál), se señala cómo son las relaciones entre el alumnado, pero no nos dice el porqué motivos se dan este tipo de relaciones y no otras.

Tampoco se nos expone lo que sienten a nivel inconsciente o subconsciente los individuos: arroja datos «sin matización». Algunas de estas limitaciones pueden reducirse recurriendo a otros instrumentos que lo complementen; en otras ocasiones, será preciso redactar preguntas que contengan otras situaciones para un mayor y mejor conocimiento y será también conveniente aplicar el socio-grama en varios momentos para detectar el grado de evolución seguido tras la primera aplicación del test en el aula. Se trata, pues, de un proceso abierto.

En conclusión, mediante la técnica del sociograma usada en el aula, el profesor va a detectar los siguientes aspectos de sus alumnos:

- Preferencias intelectuales.
- Preferencias afectivas.
- Existencia de algún miembro rechazado.
- Aceptación de un alumno en su grupo.
- Grado de cohesión del grupo.
- Existencia o inexistencia de un líder.
- Localización de sujetos aislados en el grupo.
- Existencia o inexistencia de un alumno rechazado por el conjunto del grupo.

En definitiva, lo que nos proporciona esta técnica es una información valiosa sobre la dinámica y funcionamiento de la clase, que permite al educador un mejoramiento de las relaciones colectivas y un recurso para la orientación individual de cada uno de los alumnos del grupo.

Otro modelo de Sociograma lo podemos encontrar en la web de Educa Madrid, llamado *Test SociEscuela*, muy sencillo de utilizar y muestra resultados sin tener que dedicar demasiado tiempo.

Y lo mejor es muy agradable para los alumnos ya que nos olvidamos del papel para realizar el test.

**Figura 3.** Página web de acceso al *Test SociEscuela*.

Fuente: <https://goo.gl/XKoKB4>



**Figura 4.** Página web del *Test SociEscuela*.

Fuente: <https://goo.gl/Bz6Gb4>



## 4.2. MATERIAL AUDIOVISUAL

Centrándonos en el medio audiovisual, Telefónica conjuntamente con PantallasAmigas lanzaron la campaña *Seis recomendaciones para la prevención del cyberbullying*.

Uno de cada seis niños (16,7%) sufre *cyberbullying* o acoso a través de Internet entre iguales. Según los expertos, falta prevención: concienciar a los más jóvenes de los problemas derivados de un uso irresponsable de la Red es la mejor manera de evitarlos.

Esta es la base de la campaña *Seis recomendaciones para la prevención del cyberbullying*, realizada por y con la colaboración del, la, y la entidad pública.

La iniciativa incluye una serie de vídeos con consejos prácticos para evitar el ciberacoso entre iguales. El contenido fue elaborado y validado en su día, para un anterior proyecto, con la colaboración del equipo del Defensor del Menor en la Comunidad de Madrid.

- **Vídeo 1:** <https://goo.gl/zrfjaq>
- **Vídeo 2:** <https://goo.gl/fZefjJ>
- **Vídeo 3:** <https://goo.gl/WeHG8q>
- **Vídeo 4:** <https://goo.gl/CMNYHL>
- **Vídeo 5:** <https://goo.gl/E7jfyE>
- **Vídeo 6:** <https://goo.gl/ausJm8>

A continuación, en el siguiente vídeo, se muestra una descripción sencilla de lo que es el ciberacoso aportando, además, unas pautas básicas generales para prevenirlo.

**Figura 5.** Vídeo *Cyberbullying: ciberacoso en redes sociales, videogames, smartphones... y su prevención.*

Fuente: <https://goo.gl/B3iHhk>



### **4.3. Consejos contra el *cyberbullying***

Consejos básicos contra el *cyberbullying* que podemos trabajar en el aula a modo de cartel creado por los alumnos haciéndoles partícipes de ellos.

1. No contestes a las provocaciones, ignóralas.
2. Cuenta hasta cien y piensa en otra cosa.
3. Compórtate con educación en la Red.
4. Si te molestan, abandona la conexión y pide ayuda.
5. No facilites. Te sentirás más protegido.
6. No hagas en la Red lo que no harías a la cara.
7. Si te acosan, guarda las pruebas.
8. Cuando te molesten al usar un servicio *online*, pide ayuda.
9. No pienses que estás del todo seguro al otro lado de la pantalla.
10. Advierte a quien abusa de que está cometiendo un delito.

### **4.4. Píldoras: preguntas y repuestas, Q&A**

A continuación nos encontramos diferentes preguntas que nos podemos plantear en algún momento de nuestra labor docente:

- ¿Cómo podemos orientar a un niño o adolescente a que tome decisiones acertadas cuando tiene conocimiento de que puede ser víctima de algún tipo de burla o agresión a través de dispositivos TIC?
- ¿Qué capacidad de maniobra puede tener? ¿Debe comunicarlo inmediatamente a sus adultos de referencia? ¿Cabe la posibilidad de que disponga de herramientas propias que guíen sus acciones de manera razonable antes de solicitar ayuda? ¿Debe contar lo que pasa siempre nada más detectarlo o puede existir margen para que él mismo dé algunos pasos para intentar solucionarlo? ¿Es adecuado que un adolescente pueda tomar decisiones de enfrentar de forma autónoma el caso en que se ve inmerso sin haber pedido colaboración con anterioridad a padres o profesores?

Evidentemente, se trata de preguntas de difícil contestación. Encontraremos siempre en el «depende» la con testación más habitual estas cuestiones. Y con razón.

Depende de la situación, de sus características y gravedad, de la edad del chico y su madurez, de sus propias características psicológicas y personales en general, de sus habilidades sociales, de su rol en la clase, de los apoyos que pueda tener entre sus compañeros y en su grupo de amigos...

La manera más sencilla de salir de este asunto sería, probablemente, indicar que lo adecuado es solicitar ayuda, a la mayor brevedad tras tener conocimiento de aquello que puede estar afectándonos. Y no nos equivocaremos demasiado arbitrando esta solución. Pero parece necesario ir un poco más allá. Nuestra experiencia nos dice que muchos alumnos se callan, y aguantan lo que pueden. Temen hacer o decir algo porque las cosas podrían ir a peor. Consideran que *el remedio puede ser peor que la conocida enfermedad*.

Otros, por el contrario, actúan, dan pasos. Con sus propias herramientas, a veces con la ayuda y apoyo de algún compañero o amigo, se enfrentan a lo que les está pasando, miran a la cara a los burlones, a los que insultan, a los que, de una manera más o me nos intencionada, han urdido el plan. En ocasiones, este tipo de acciones se da tras un análisis razonable de las variables del acoso. En otros casos, se actúa de forma explosiva, sin reflexión previa, sin valoración de los *qué, cómo, cuándo, cuánto y por qué* de lo que están viviendo. *A las bravas*.

No todas las situaciones son iguales.

Ya se ha dicho. Y no todas las que inicialmente podrían ser consideradas un caso de *ciberacoso* lo son en realidad. Las relaciones entre adolescentes son complejas. La experiencia de que disponemos en los casos de maltrato entre iguales en el mundo físico nos han enseñado muchas cosas, entre otras, a tasar bien cada situación, interpretarla en su justa medida, y actuar, claro, con proporción y equilibrio. Chanzas y burlas pueden ser lesivas para nuestros alumnos, pero muchas de ellas forman parte de episodios puntuales, pasajeros y ocasionales, fácilmente abordables por muchos niños o en el contexto en que estos se hallan.

No obstante, es importante también formar a nuestros alumnos para analizar y reflexionar sobre hipotéticas situaciones, siempre a los efectos de ayudarles

a construir sus propias herramientas de percepción, valoración y toma de decisiones ante hechos que puedan vivir como conflictivos en las relaciones con sus iguales.

Ayudarles a detectar, analizar, valorar y tomar decisiones. Ayudarles a crecer con autonomía.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Cyberbullying.com. (2017). *10 Consejos básicos contra el cyberbullying*. Recuperado de <https://goo.gl/Ckg58W><http://www.ciberbullying.com/cyberbullying/diez-consejos-basicos-contra-el-ciberbullying/> [Consulta: 19/11/2017].
- EducaMadrid. (2017). *Test Sociescuola*. (2017). Recuperado de <https://goo.gl/Pj3crM> [Consulta: 01/12/2017].
- Ley Orgánica 8/2013 de 9 de diciembre. (10 de diciembre de 2013). [Ley] para la mejora de la calidad educativa. *Boletín Oficial del Estado*, 295.
- Luengo Latorre, J. (2017). *Cyberbullying Guía de Recursos para centros educativos. La intervención en los centros educativos. Materiales para Equipos Directivos y acción tutorial En casos de Ciberacosos*. Defensor del Menor en la Comunidad de Madrid. Recuperado de <https://goo.gl/G3fSs6> [Consulta: 19/11/2017].
- Pantallasamigas.net. (2017a). Recuperado de <http://www.pantallasamigas.net> [Consulta: 19/11/2017].
- PantallasAmigas.net. (2017b). *Seis recomendaciones para la prevención del cyberbullying*. Recuperado de <https://goo.gl/rVBRNp> [Consulta: 01/12/2017].
- Peláez, A., y Perfil, V. (2017). *Sociograma como herramienta para detectar el acoso escolar*. Recuperado de <https://goo.gl/5y5kDh> [Consulta: 01/12/2017].

### CITA DE ESTE ARTÍCULO (APA, 6ª ED.):

Hidalgo Lorente, L. (2018). Fundamentos, ideas y recursos para la prevención del *cyberbullying*. *Educación y Futuro: Revista de investigación aplicada y experiencias educativas*, 38, 159-181.