

	COMUNICATE, ANALIZA Y REACCIONA	Módulo 1
		GUÍA N°6
	Ni golpes que duelan, ni palabras que hieran	Tiempo: 1h

Guía #6

Nombre: Ni golpes que duelan, ni palabras que hieran

Tiempo: 1h

Momento 1: Conozcamos la guía

- **Objetivo:** Fomentar la convivencia sana y el respeto por la diferente dentro y fuera del ambiente escolar impulsando valores la empatía, solidaridad y compasión por medio de actividades y herramientas que permitan la reflexión colectiva dentro del aula de clase.
- **Competencias:**
 - Comprende qué es el bullying y sus características
 - Identifica las causas del bullying y los factores de riesgos psicosociales que puedan aumentar la presencia de este
 - Reconoce el bullying como una problemática prevaleciente dentro de la institución educativa
- Tema: Bullying y el otro como un ser sintiente

Momento 2: Reflexionemos

- Al entrar al salón de clase, previamente se han vestido a 4 estudiantes con sombreros y ropa extravagante realizando un performance; no podrán moverse ni decir ninguna palabra hasta que el orientador les de la orden.
- Cada estudiante se presentará con un nombre otorgado previamente, con una nacionalidad diferente a la colombiana y una personalidad distinta; al terminar esto se les preguntará a los estudiantes ¿Cuál es su primera impresión al ver a sus “nuevos compañeros”, estos comentarios serán escritos en el tablero para después ser analizados por todos.

	COMUNICATE, ANALIZA Y REACCIONA	Módulo 1
		GUÍA N°6
	Ni golpes que duelan, ni palabras que hieran	Tiempo: 1h

- Esta actividad quiere generar la reflexión sobre la diferencia como un sinónimo de cultura y diversidad y no como algo malo.

Momento 3 Aprendiendo y reconociendo

- **Conceptualización:**
 - **Bullying:** se caracteriza por acosar, intimidar u hostigar a otros niños o niñas. Se han identificado 5 tipos de bullying, los cuales se clasifican dependiendo de la actuación de los victimarios. (Portal educativo, 2021)
 - **Bullying Físico:** consiste en la agresión que se realiza con golpes cuerpo a cuerpo, con patadas, empujones o con objetos, también se encuentra dentro del tipo de maltrato físico, los daños que se producen a los objetos personales de la víctima o los robos que se le hagan. (Portal educativo, 2021)
 - **Bullying Verbal:** la forma verbal de acoso es la más habitual, esta deja huella en la víctima gracias al poder que tienen las palabras, disminuyen la autoestima de la víctima a través de humillaciones, insultos, nombres groseros, humillaciones públicas, propagación de rumores, mensajes telefónicos o vía web completamente ofensivos, llamadas insultantes y lenguaje sexual explícito indecente. (Portal educativo, 2021)
 - **Bullying Psicológico:** este se lleva a cabo a través de las amenazas que producen miedo y su propósito es obtener algún objeto, dinero o simplemente obligar a la víctima a que lleve a cabo acciones que no debe y no quiere hacer. (Portal educativo, 2021)

	COMUNICATE, ANALIZA Y REACCIONA	Módulo 1
		GUÍA N°6
	Ni golpes que duelan, ni palabras que hieran	Tiempo: 1h

- **Bullying Social:** se trata básicamente del fenómeno de exclusión y aislamiento progresivo del afectado. De este modo, los acosadores evitan que la víctima participe, ignoran su presencia y no cuentan con él durante la realización de las actividades normales, entre los amigos o los compañeros de clase. (Portal educativo, 2021)
- **Víctima:** Es quien sufre las agresiones. Suele ser una persona tímida, insegura, que mantienen una excesiva protección de los padres, y es menos fuerte físicamente. Agresor: Es quien ejerce la violencia, el abuso o el poder sobre la víctima. Suele ser fuerte físicamente, impulsivo, dominante, con conductas antisociales y poco empático con sus víctimas. Espectador: Generalmente es un compañero que presencia las situaciones de intimidación. Puede reaccionar de distintas maneras, aprobando la intimidación, reprobándola o negándola. (Gobierno de Nayarit, 2011)

Momento 4: Construyamos entre todos

▪ Actividad 1

- Desahógate
 - En la mitad del salón se dejarán cuatro pliegos de papel periódico en donde se expresarán todas las cosas que les molesta y los hace enojar. Estas frases se escribirán con respeto y cero groserías, por ejemplo:
 - Cuando mi papá me regaña por cosas que no hice
 - Cuando mi compañero de clase llega unos zapatos nuevos y yo no
 - Cuando me fue mal en el examen de sociales.

	COMUNICATE, ANALIZA Y REACCIONA	Módulo 1
		GUÍA N°6
	Ni golpes que duelan, ni palabras que hieran	Tiempo: 1h

- Esta actividad busca brindar un espacio en donde los estudiantes liberen todos los pensamientos y enojos que puedan tener dentro y no se lo dicen a nadie.

▪ **Actividad 2**

- Para esta actividad, realizaremos lo contrario de la anterior, nuevamente se dejarán cuatro pliegos en donde expresemos cosas que nos alegran el día y motivan, por ejemplo:
 - Me alegra desayunar huevos con jamón
 - Me alegra cuando mis papás hablan conmigo
 - Me alegra cuando mi mascota duerme conmigo
 - Se espera que este cartel se pegue en un lado visible y funcione como un buen recuerdo.
- Estas dos herramientas se recomiendan realizar en casos de momentos de frustración y enojo, para sacar todos los malos pensamientos que se podrán sentir y recordar las cosas buenas que tiene la vida para mí.

▪ **Actividad 3**

- Por último, cada persona tiene características de admirar o cosas que nos agraden mucho de ellos; por lo tanto, cada estudiante sacará una hoja en donde escribirá su nombre en la parte de arriba; esta hoja tendrá que pasar por cada uno de los estudiantes y ellos tendrán que escribir de forma anónima una cualidad o característica de admirar sobre su compañero.
- Al finalizar, esta hoja llegará a su dueño, en donde se le recordará sus cosas positivas.

	COMUNICATE, ANALIZA Y REACCIONA	Módulo 1
		GUÍA Nº6
	Ni golpes que duelan, ni palabras que hieran	Tiempo: 1h

Momento 5: ¿Para qué me sirvió todo esto?

- **Reflexión Final:** Uno de los puntos más esencial dentro de la guía será la reflexión final, aquí se abordará la temática vista durante la guía, los puntos positivos que resaltaron dentro de la implementación de esta y los puntos para construir y en forma de cierre, se incita a la reflexión desde los participantes por medio de una lluvia de ideas, comentarios y aportes en donde se abra el espacio para sus perspectivas frente a la temática desarrollada; en la salida se entregará un folleto que refuerza la temática (Anexo 1)

Bibliografía

- Taller: Estrategias para Prevenir y Manejar el Bullying. (2016, mayo 2). Educarea.
<https://educarea.cl/taller-estrategias-prevenir-manejar-bullying/>
- **Anexo 1**
 - No eres culpable de ser agredido. Recuerda que tú no eres el problema. Tú puedes ser diferente, todos tenemos derecho a ser distintos, a tener una forma de ser propia, nadie puede imponerte una forma de ser.
 - No tienes que hacer frente a esta situación solo.
 - No eres inferior, ni cobarde, por no responder a las agresiones. Pero tienes que ser valiente para enfrentarte de una vez a la situación. Es hora de actuar.
 - Si alguien te está haciendo daño y estás sufriendo, acude siempre a un adulto. Los primeros tus padres y maestros, o cualquier otra persona a la que le tengas confianza.

	COMUNICATE, ANALIZA Y REACCIONA	Módulo 1
		GUÍA Nº6
	Ni golpes que duelan, ni palabras que hieran	Tiempo: 1h

- Habla con quien ha visto las agresiones, para que te apoye, para que vaya contigo. Trata de mostrar lo que sufres, no sientas que es una humillación. Hablar de ello puede salvar tu vida y tu futuro.
- Haz que al adulto le quede claro que esa situación te afecta profundamente. Si el acoso es psicológico es más sutil, pero a veces más dañino. Explícalo claramente, intenta describir cómo te sientes, qué piensas acerca de esto, cómo afecta tu vida. Utiliza todas las palabras que puedas para describir tus sentimientos. Haz un esfuerzo para comunicarte, para que sean conscientes de lo que realmente estás sufriendo.
- Si sientes que no puedes hablar, que no te atreves, escríbelo. Una carta, un correo electrónico, entrégala o envíalo a alguien en quien confíes.
- Recuerda que no estás solo, que siempre hay una salida, que eres tú quien merece tener toda una vida por delante y que debes seguir luchando. No dejes que ganen, porque de esa forma, todos perdemos.

Nota. Taller: *Estrategias para Prevenir y Manejar el Bullying*. (2016, mayo 2). Educrea. <https://educra.cl/taller-estrategias-prevenir-manejar-bullying/https://educra.cl/taller-estrategias-prevenir-manejar-bullying/>