

INSTITUCION EDUCATIVA LA PRESENTACION
PROYECTO DE ACOSO ESCOLAR
2010 - 2015

1. DATOS DE LA INSTITUCIÓN:

Nombre de la Institución: Institución Educativa La Presentación

Dirección: Guayabal, Calle 7 N 56 - 08

Teléfono: 2555481 – Fax: 3615509

Correo electrónico: ie.lapresentacion@medellin.gov.co

Página Web: www.ielapresentacion.edu.co

Municipio: Medellín **Barrio:** Campo Amor- Guayabal **Comuna:** 15

Núcleo educativo: 933

Número de directivos docentes: 3

Número de docentes de la Institución: 28

Numero de personal administrativo: 3

Número promedio de estudiantes: 1003

Número de personal de servicio: 5

Responsables: Oriana Zapata y Carmen Elena Marin

2. TÍTULO DEL PROYECTO:

Mis compañeras y yo en el colegio, un lugar para compartir, convivir y crear juntas, en medio de muchas culturas y opiniones diversas, en donde la escucha y el dialogo son las mejores herramientas.

3. ANTECEDENTES DEL PROYECTO EN LA I. E LA PRESENTACIÓN:

En los últimos años se está produciendo un cambio significativo en la concepción de la educación. Hoy en día se está haciendo un gran esfuerzo por superar la concepción de la escuela como mero agente transmisor de conocimiento, a favor de una ampliación de competencias que incluya la educación en valores y actitudes que se necesitan para saber convivir, ser un ciudadano y ciudadana con derechos y deberes.

Las causas de la violencia son múltiples, complejas y surgen de la interacción entre la persona y los múltiples entornos donde despliega sus actividades. En cada uno de esos espacios interactivos, podemos encontrar factores de riesgo (la ausencia de límites, la sensación de exclusión social, la exposición a modelos violentos de interacción, la justificación de la violencia en el entorno habitual...) y factores protectores ante la violencia (modelos sociales solidarios, actividades de ocio constructivas, colaboración familia-escuela,...).

Es obvio que familia y docentes han sido claves para abordar este tipo de conflictos de forma educativa. Durante estos años en la presentación se han hecho actividades encaminadas a la sensibilización a las familias, a las estudiantes y a los docentes sobre los efectos perjudiciales de los comportamientos de intimidación..

Se han realizado talleres para ayudar a entender los conflictos, aprender a afrontarlos y a resolverlos civilizadamente, puesto que la sociedad de hoy lo exige y a los sistemas educativos madurez suficiente para interpretarlos en el marco de un valor fundamental: el aprendizaje de la convivencia. Este ha sido el reto en los últimos años, con el fin de afrontar los conflictos y el acoso escolar, buscando tomar decisiones responsables y objetivas de ha apoyado en el funcionamiento de comisiones especialmente encargadas de ello, donde el profesorado complementa el análisis de los procesos de aprendizaje de las estudiantes con el seguimiento y tratamiento de los problemas de conducta que estas presentan.

EXPERIENCIAS DE APRENDIZAJE REALIZADAS EN AÑOS ANTERIORES

- Convivencia escolar, en donde se busca el crecimiento personal tratando diferentes temas que le dan herramientas necesarias a las estudiantes para afrontar los retos y los desafíos de su vida
- Talleres en el aula sobre temas relacionados a la sana convivencia, algunos teóricos, otros prácticos y teórico – prácticos.
- Comité de análisis de casos para tomar decisiones frente ciertos casos de intolerancia.

- Aplicación y defunción del Manual de Convivencia, entre las estudiantes, sus padres y educadores.

4. JUSTIFICACIÓN

En Colombia preocupados por los altos índice de violencia que presenta la sociedad y a su vez el incremento de esta por parte de las y los estudiantes en los colegio ha generado una serie de medidas para superar estos hechos legislando al respecto, ampliando las competencias de la escuela en donde le da prioridad a la enseñanza de valores y el fomento de actitudes en donde el saber convivir es fundamental con lo cual se le brinde las herramientas necesarias para convertirse en un buen ciudadano.

Es así como analizar las causas de la violencia en cada uno de los espacios donde ocurre analizando los factores de riesgo como: la sensación de exclusión social, la exposición a modelos violentos de interacción, la justificación de la violencia en el entorno habitual, o los factores protectores ante la violencia tales como: modelos sociales solidarios, actividades de ocio constructivas, colaboración familia-escuela.

Entender los conflictos, aprender a afrontarlos y a resolverlos civilizadamente exige a la sociedad y a los sistemas educativos madurez suficiente para interpretarlos en el marco de un valor fundamental: el aprendizaje de la convivencia. Por este motivo y con el objetivo de educar para la convivencia, se propone para la Institución educativa la Presentación un conjunto de iniciativas que tienden a mejorar la convivencia escolar y tratar de encauzar conflictos apoyando el funcionamiento de comisiones especialmente encargadas de ello, donde el profesorado complemente el análisis de los procesos de aprendizaje de las estudiantes con el seguimiento y tratamiento de los problemas de conducta que estas presentan.

Para ello se hará necesario emprender acciones formativas dirigidas a los docentes para mejorar su capacidad de respuesta ante problemas de convivencia en la

institución, en temas tales como: mediación, resolución de conflicto y prevención de violencia de género favoreciendo así la convivencia en la institución.

Además se ejecutaran acciones que permitan la identificación de aquellas estudiantes víctimas de acoso y acosadoras que influyen en el desajuste de la armonía escolar, procurando a la vez abordar aquellos casos de violencia o acoso entre las estudiantes.

Hace referencia al conocimiento y acercamiento que hacemos a las estudiantes frente a la problemática planteada en el proyecto desde el macroentorno y el microentorno.

5. OBJETIVOS

5.1 OBJETIVO GENERAL

Todo proyecto cuenta con una brújula que hace que los responsables no se pierdan ni extravíen su camino, en nuestro caso son los objetivos los cuales son logros que se pretenden alcanzar con la ejecución de una acción, dentro de un proyecto, es la razón de ser del proyecto.

5.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- 5.2.1 Identificar adecuadamente la conducta de maltrato entre iguales al interior de la institución.
- 5.2.2 Ofrecer una alternativa de protección integral de las estudiantes a través de la convivencia escolar, teniendo en cuenta los contextos sociales y culturales.
- 5.2.3 Identificar y fomentar mecanismos y estrategias de mitigación de todas aquellas situaciones y conductas generadoras de situaciones de violencia escolar.
- 5.2.4 Fomentar y fortalecer la educación en y para la paz, las competencias ciudadanas, el desarrollo de la identidad, la participación, la responsabilidad democrática, la valoración de las diferencias y el cumplimiento de la ley, para la formación de las estudiantes.

6. MARCO LEGAL Y CONCEPTUAL

6.1 MARCO LEGAL

El proyecto esta regido por la Ley 1620 del 15 de marzo de 2013 que trata el Acoso Escolar.

Ley 1146 de 2007 sobre los derechos sexuales y reproductivos, artículos 11 y 12

Ley 115 de 1994, ley General de Educación en lo referente al currículo, Manual de Convivencia y participación de la familia.

Ley 1098 de 2006 y Ley 1453 2011 En donde habla de la educación para la sexualidad y la prevención y mitigación de la violencia escolar.

6.2. MARCO CONCEPTUAL

Concepto de “Acoso Escolar”

Cuando hablamos de “acoso escolar” nos estamos refiriendo a situaciones en las que uno o más estudiantes persiguen e intimidan a otro u otra víctima a través de insultos, rumores, vejaciones, aislamiento social, motes, agresiones físicas, amenazas y coacciones... pudiendo desarrollarse a lo largo de meses e incluso años, siendo sus consecuencias ciertamente devastadoras, sobre todo para la víctima pero también para los espectadores y para el propio agresor o agresora.

Para referirse a estas situaciones de acoso, intimidación y victimización entre iguales, en la literatura especializada es frecuente encontrar también el término inglés “bullying”. Por lo tanto, nos referimos a lo mismo cuando hablamos de acoso escolar, maltrato entre iguales o “bullying”.

El primero en definir este fenómeno fue Dan Olweus, profesor de psicología de la Universidad de Bergen(Noruega 1998), para quien la victimización o “maltrato por abuso entre iguales”, es una conducta de persecución física y/o psicológica que realiza el estudiante contra otro u otra, al que elige como víctima de repetidos ataques. Está

acción, negativa e intencionada, sitúa a las víctimas en posiciones de las que difícilmente pueden salir por sus propios medios. La continuidad de estas “relaciones” provoca en las víctimas efectos claramente negativos: descenso en su autoestima, estados de ansiedad e incluso cuadros depresivos, lo que dificulta su integración en el medio escolar y el desarrollo normal de los aprendizajes.

No se puede calificar de acoso escolar o “bullying” situaciones en las que la estudiante se mete con otro de forma amistosa o como juego. Tampoco cuando dos estudiantes a un mismo nivel discuten, tienen una disputa o se pelean.

ELEMENTOS PRESENTES EN EL ACOSO ESCOLAR

- Deseo inicial obsesivo y no inhibido de infligir daño, dirigido contra alguien indefenso/a.
- El deseo se materializa en una acción.
- Alguien resulta dañado/a. La intensidad y la gravedad del daño dependen de la vulnerabilidad de las personas.
- El maltrato se dirige contra alguien menos poderoso/a, bien sea porque existe desigualdad física o psicológica entre víctimas y actores, o bien porque estos últimos actúan en grupo.
- El maltrato carece de justificación.
- Tiene lugar de modo reiterado. Esta expectativa de repetición interminable por parte de la víctima es lo que le da su naturaleza opresiva y temible.
- Se produce con placer manifiesto. El agresor/a disfruta con la sumisión de la persona más débil.

IDENTIFICACIÓN DEL ACOSO ESCOLAR

El maltrato entre iguales es un problema que ocurre en el ámbito social en general. La intimidación de los agresores y agresoras ocurre en contextos sociales en los que docentes y familias, pocas veces están al tanto de su existencia y los demás niños/as no quieren involucrarse o simplemente no saben cómo ayudar. Dada esta situación, una intervención efectiva debe involucrar a toda la comunidad escolar. El maltrato entre

iguales es un problema serio que puede afectar dramáticamente la habilidad de los escolares a progresar académica y socialmente. Se requiere, pues, un plan de intervención que involucre a alumnado, familia y docentes para asegurar que la totalidad del alumnado pueda aprender en un lugar seguro y sin miedo.

Para ayudar a comprender estas conductas e identificar a los implicados/as en los casos de acoso, la comunidad escolar debe hacerse las siguientes preguntas:

- ¿Qué formas de acoso escolar o “buylling podemos observar?
¿Dónde se producen?: Lugares donde suelen ocurrir estas conductas.
- ¿Quiénes participan?: Personas implicadas en estas situaciones.
- ¿Qué consecuencias tiene?: Para quién lo sufre, para el acosador o acosadora, para los espectadores y para la comunidad escolar.

FORMAS DE ACOSO ESCOLAR

El maltrato entre compañeros y compañeras puede aparecer de forma muy diversa. No solamente se manifiesta a través de palizas o agresiones físicas, con frecuencia se presenta como un conjunto de intimidaciones de diferente índole que dejan al agredido/a sin respuesta. Estas son algunas de esas conductas intimidatorias

- **MALTRATO VERBAL:**

Son insultos, motes, hablar mal de alguien o difamar, sembrar rumores o bulos.

- **INTIMIDACIONES PSICOLÓGICAS:**

Se trata de amenazas para provocar miedo, lograr algún objeto o dinero y también para obligar a hacer cosas contra su voluntad, chantaje y burlas públicas, pintadas alusivas, notas, cartas, mensajes a móviles y correos electrónicos amenazantes.

- **MALTRATO FÍSICO:**

- Directo: Palizas, lesiones con diferentes objetos, agresiones en forma de patadas, puños etc.
- Indirecto: Robo y destrozo de material escolar, ropa y otros objetos personales.

- **AISLAMIENTO SOCIAL:**
- Ignorar y no dirigir la palabra, impedir la participación con el resto del grupo, coaccionar a amigos y amigas de la víctima para que no interactúen con la misma.
- Rechazo a sentarse a su lado en el aula.

DONDE SE PRODUCE

Si es en el propio centro escolar: Pasillos (cambio de clases), baños, vestuarios, entradas y salidas, comedor, transporte escolar y en lugares apartados del patio de recreo. Si es fuera del centro: En los alrededores del propio centro escolar y de camino a casa del acosado/a.

ACTORES DEL ACOSO ESCOLAR

AGRESORES/AS

- Físicamente fuerte.
- Necesita dominar, tener poder, sentirse superior.
- Fuerte temperamento, fácilmente enojable.
- Impulsivo/a
- Baja tolerancia a la frustración.
- Desafiante y agresivo/a hacia los adultos.
- No suelen mostrarse ansiosos/as ni inseguros/as.
- Comportamientos antisociales tempranos.
- Poco populares entre sus compañeros y compañeras,
- Sólo algunos/as les siguen.
- Actitud negativa hacia la escuela.

VÍCTIMAS

FACTORES DE RIESGO:

- Vulnerabilidad psicológica y biológica.
- Experiencias previas negativas
- Poco populares en el centro escolar.

- Poca facilidad para hablar de si mismos
- Estrategias de afrontamiento inadecuadas: aislamiento y resignación.

INDICADORES:

- A menudo solos o solas, excluidos/as del grupo.
- Repetidamente ridiculizados/as, degradados/as, con motes.
- Escasa habilidad para los juegos y deportes.
- Dificultad para hablar en clase, inseguros e inseguras.
- Tristeza, llanto, inquietud, ansiedad
- Deterioro en el interés por la escuela
- Auto concepto negativo.
- Muestran moratones, rasguños, heridas...

ESPECTADORES/AS

Alumnado que:

- Tolera el maltrato con inhibición.
- Conocen bien al agresor/a, a la víctima, el lugar y los hechos... pero callan.
- El espectador/a del abuso puede verse moralmente implicado/a cuando impera la ley del silencio y participa de ciertas normas y falsas convenciones referidas a la necesidad de callar.

Profesorado y familias que

- No dan importancia a señales claras de alerta,
- Tendiendo a inhibirse ante la resolución del conflicto.

CONSECUENCIAS DEL ACOSO ESCOLAR

PARA EL MALTRATADO/A:

- Se siente solo/a, infeliz, atemorizado/a, pierde autoestima y la confianza en si mismo o en si misma y en los demás

- Puede llegar a sufrir problemas de salud somática y emocional en grados variables: en algunos casos ansiedad y /o depresión...
- Fobia a ir al centro escolar
- Reacciones agresivas e intentos de suicidio.
- El hecho supone una pérdida de libertad y derechos del alumno/a que limita su desarrollo personal.

PARA EL MALTRATADOR/A:

- Su actitud y conducta son la antesala de futuros hechos delictivos. Las amenazas y las agresiones físicas de hecho ya lo son y pueden ser denunciables.
- Insta una creencia en sí mismo o en si misma y en su entorno de que se puede lograr poder y liderazgo mediante la violencia, la prepotencia y la sumisión de otros/as.
- Es probable que quién ha sido agresor/a, en su infancia/juventud perpetúe conductas agresivas y violentas en las relaciones adultas.

PARA LA COMUNIDAD ESCOLAR:

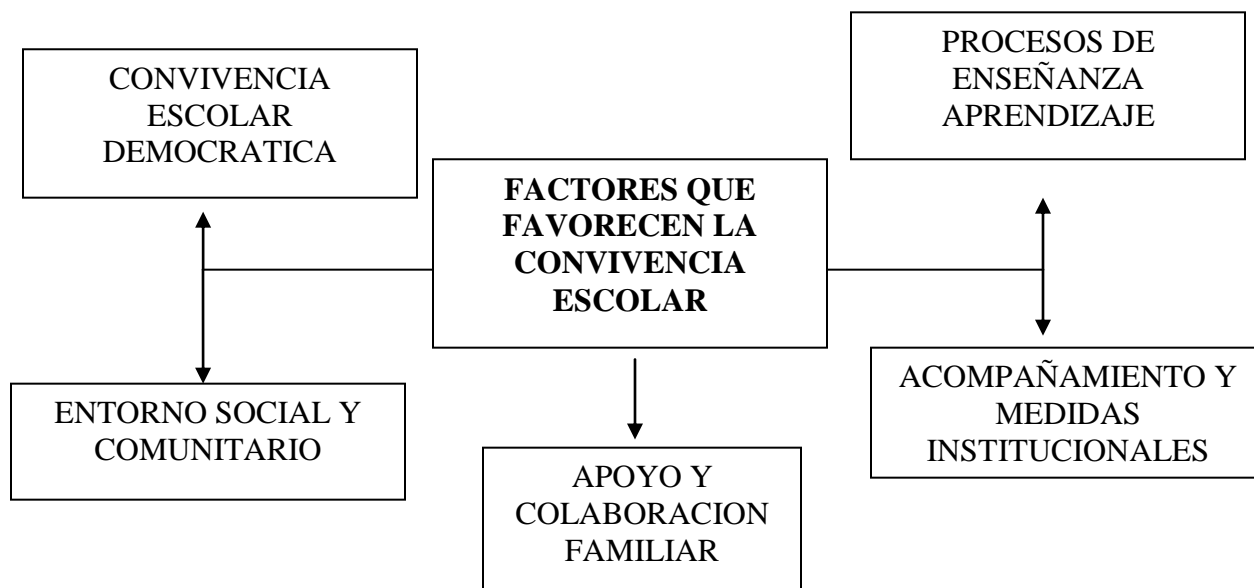
- Los espectadores o espectadoras acabarán valorando la agresividad y la violencia como forma de éxito social.
- Los espectadores o espectadoras sufren un proceso de desensibilización ante los continuados episodios de sufrimiento que están contemplando.
- Todo el entorno social sufre una sensación de indefensión y de incapacidad de reacción similar a la de la víctima.

7. ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS

Estrategia 1: **Inducción**

Se propone actuar sobre el clima de convivencia institucional, en pro de su implementado medidas puntuales tendentes a resolver los problemas y los conflictos que se van presentando en el quehacer diario (disrupción, indisciplina, conflictos interpersonales, maltrato entre iguales...), además, de trabajar en un marco global que logre atender las generalidades de la vida escolar de la I.E La presentación.

A continuación se exponen aquellas áreas que deberán fortalecerse potenciando así los factores protectores en torno a la convivencia escolar.



Estrategia 2: **Reflexión**

La violencia escolar es el resultado de la asociación de las condiciones sociales, económicas, políticas y culturales del país y en general del mundo.

Otra de las causas del incremento de los índices de violencia en las instituciones educativas se debe a las normas y reglas institucionales impuestas, pues no han sido históricamente concertadas, ya que daban bajo la sanción y la amenaza y poco se ha

trabajado sobre el sentir (lo que ocasiona el comportamiento) y el contexto en donde se esta dando.

El ambiente o clima institucional, es decir los modos de interactuar y relacionarse de los actores de las instituciones, mirando y analizando la clase de vínculos que se generan.

La relación pedagógica de los docentes con las estudiantes y viceversa, pues puede ser de autoridad y violenta, ya que se da en un ambiente de tratos humillantes, degradante o por el contrario de cordialidad y diálogo.

Una de las maneras para mejorar y prevenir esto en la escuela es el currículo, pues se les indicará la mejor manera de manejar las frustraciones e incrementar los valores como la tolerancia, el dialogo, la convivencia entre otros.

Estrategia 3: Propuestas de ejecución

CONVIVENCIA ESCOLAR

OBJETIVO

Convivir desarrollando valores de participación que incentive a las estudiantes a proponer acciones de mejoramiento de la vida escolar y sentirse parte activa de la misma.

ACCIONES

- Proyecto Educativo Institucional compartido y divulgado.
- Creación del comité escolar de convivencia.
- Participación de la Comunidad Educativa en la revisión y acuerdos de convivencia.
- Intervención individual y colectiva: Desarrollo de valores y actitudes.
- Normas de aula e institucionales consensuadas y asumidas por profesores, estudiantes y familias.
- Comisión de Convivencia: Asesora, propone medidas y media en asuntos de convivencia a instancia de la rectoría.
- Consejo Escolar: Funcionamiento y toma de decisiones basándose en un diálogo

PROCESOS DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE

OBJETIVO

Ofrecer una alternativa de protección integral de las estudiantes a través de la convivencia escolar, teniendo en cuenta los contextos sociales y culturales.

PROCESO DE ENSEÑANZA

- Organización y gestión del aula que permita el aprendizaje, la interacción y el desarrollo personal.
- Rol del docente: empatía, acercamiento, dialogo.
- Creación de grupo: Cohesión y participación.
- Metodología didáctica: Cooperativa, activa.
- Estilos de Enseñanza/ Aprendizaje ajustados a la diversidad.

CONOCIMIENTO DE LAS ESTUDIANTES

- Desarrollo psicoevolutivo.
- Consideración de la heterogeneidad.
- (intereses, capacidades, minorías...).
- Enseñanza para la diversidad (Flexibilidad grupal...)
- Adaptar la intervención educativa a las características personales de las estudiantes (autoestima, timidez...)
- Practicar una pedagogía del error.
- Desarrollar una Educación emocional (Atención a sentimientos y ...)

CAMBIOS CURRICULARES

- Contenidos conceptuales útiles y funcionales para la vida.
- Contenidos procedimentales (escucha activa, manejo de la información...)
- Contenidos actitudinales (respeto a la diferencia, solidaridad...)
- Hacer explícito el currículo oculto.
- Empleo de materiales no excluyentes (no sexistas, no discriminatorios)
- Evaluación formativa que oriente y reajuste el proceso de enseñanza-aprendizaje.

HABILIDADES DE COMUNICACIÓN Y DE RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS

- Desarrollo de habilidades sociales (asertividad, empatía...)
- Percepción positiva del conflicto
- Educar "en y para" el conflicto.
- Atribución del conflicto a causas modificables.
- Búsqueda de soluciones alternativas.
- Aprender a poner soluciones "todos y todas ganamos".
- Desarrollar procesos

ACOMPañAMIENTO Y MEDIDAS INSTITUCIONALES

OBJETIVO

Identificar y fomentar mecanismos y estrategias de mitigación de todas aquellas situaciones y conductas generadoras de situaciones de violencia escolar.

ACCIONES

- Horarios con criterios pedagógicos.
- Asignación de tutorías y grupos de clase con criterios de responsabilidad y eficacia.
- Asignación equitativa de las estudiantes a grupos heterogéneos.
- Considerar los espacios de recreo, patio salón, pasillos, zonas comunes en general como lugares de convivencia.
- Elaborar protocolos de actuación ante los problemas de convivencia.
- Formación de grupos flexibles para la atención a la diversidad.
- Distribución espacial del aula de forma flexible.

APOYO Y COLABORACION FAMILIAR

OBJETIVO

Fomentar y fortalecer la educación en y para la paz, las competencias ciudadanas, el desarrollo de la identidad, la participación, la responsabilidad democrática, la valoración de las diferencias y el cumplimiento de la ley, para la

ACCIONES

- Participación de forma activa en la elaboración de las normas de convivencia.
- Coherencia informativa sin discrepancias educativas Escuela-Hogar.
- Colaboración en las actividades de la institución, formativas, asesorías y también del aula.
- Colaboración en los procesos de resolución de conflictos.
- Conocimiento de las necesidades educativas de sus hijos o hijas, límites, diálogo, nivel de exigencia, responsabilidad, afecto, aceptación...)
- Implicación en la función de apoyo a las tareas escolares.
- Intercambio de información con los profesores.
- Fomento de la autonomía personal y del auto concepto en el ámbito familiar.
- Participar en las actividades de sensibilización sobre la convivencia.
- Participar en Escuelas de Padres.
- Realizar actividades de formación conjunta Familia-Profesorado.

ENTORNO SOCIAL Y COMUNITARIO

OBJETIVO

Abrir espacios de participación e intervención institucional donde participen los diferentes agentes comunitarios en pro de favorecer la sana convivencia y aportar al desarrollo de sanas relaciones en contextos diferenciales

ACCIONES

- Medidas de coordinación y cooperación con otras entidades y organismos (I.E, ONGs, Asociaciones...)
- Crear comunidades de aprendizaje en un proceso global de educación compartido por toda la comunidad.
- Gestionar ayudas para la escolarización de estudiantes con desventaja social o cultural.
- Procurar refuerzos educativos y sociales a las estudiantes con dificultades desde diversas entidades no sólo educativas.
- Intervenir en problemáticas familiares que supongan un obstáculo al proceso educativo con las entidades pertinentes realizar campañas informativas y/o divulgativas específicas.

9. CRONOGRAMA

Actividades a realizar durante el 2014

Se harán las horas formativas en marzo 4, mayo 12 y agosto 4.

Se harán eventos especiales en la semana del 12 al 16 de mayo como apoyo a la prevención del trabajo infantil.

10. RECURSOS

Humanos:

Docentes, padres de familia y estudiantes

Físicos:

Aulas de clase, patio salón, videobeen, fotocopias, hojas de papel, cartulinas, marcadores, lápices.

ANEXOS

Talleres

En el primer taller realizado el 4 de marzo se presentó el logo y se realizó la encuesta.




Te pedimos que leas con atención las siguientes frases. Marca tu respuesta, con una cruz, en cada una de ellas sobre la base de lo que pensaste o sentiste durante el último mes. Las alternativas de respuesta son: *de acuerdo*, *Ni de acuerdo ni en desacuerdo*, *En desacuerdo*. No hay respuestas correctas o incorrectas, todas sirven. No dejes frases sin responder y te pedimos que respondas con honestidad.

EDAD:

GRUPO:

A = De acuerdo	B = Ni de acuerdo ni en desacuerdo	C = En desacuerdo
-----------------------	---	--------------------------

		A	B	C
1	Me hago responsable de lo que digo o hago			
2	Tengo amigos (as) en quienes confiar			
3	Sé lo que quiero hacer con mi vida			
4	En general estoy conforme con el cuerpo que tengo			
5	Si algo sale mal puedo aceptarlo			
6	Me importa pensar qué haré en el futuro			
7	Generalmente le caigo bien a la gente			
8	Cuento con personas que me ayudan si lo necesito			
9	Estoy bastante conforme con mi forma de ser			
10	Si estoy molesta por algo soy capaz de pensar en cómo cambiarlo			
11	Generalmente me llevo bien con la gente			
12	Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida			
13	Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar			

	INSTITUCION EDUCATIVA LA PRESENTACION				
	NOMBRE ALUMNA:				
	PROYECTO	SANA CONVIVENCIA			
	DOCENTES	ORIANA MARIA ZAPATA Y CARMEN ELENA MARIN			
	TIPO DE GUIA:	ORIENTACIÓN			
	PERIODO	GRADO	No	FECHA	DURACION
	2		1	12 MAYO	1 UNIDAD

INDICADORES DE DESEMPEÑO

Fomentar y fortalecer la educación en y para la paz, las competencias ciudadanas, el desarrollo de la identidad, la participación, la responsabilidad democrática, la valoración de las diferencias y el cumplimiento de la ley, para la formación de las estudiantes.

1. Cada Director de Grupo, leerá y comentará la siguiente reflexión acerca de las habilidades prácticas de la Inteligencia Emocional, las cuales debemos empezar a utilizar en nuestro contexto escolar, social y familiar:

CONTROL EMOCIONAL

Una de las habilidades prácticas de la Inteligencia Emocional es el **control de nuestros estados anímicos**.

Forma parte de la sabiduría universal el hecho de que los sentimientos alteran el pensamiento: cuando estamos '**ciegos de rabia**', '**enfurecidos como un toro de lidia**' o '**locamente enamorados**', el propio lenguaje indica que la razón y el pensamiento, en tales situaciones, no tienen la más mínima oportunidad de éxito.

Las emociones básicas vinculadas al hambre, la sed, el miedo, la ira, la sexualidad y el cuidado de los niños, **forman parte de nuestro equipamiento básico emocional**. Están arraigadas biológicamente en nuestra naturaleza y forman parte de nosotros, tanto si queremos como si no. En cambio, el modo en que manejamos este tipo de formas de comportamiento innatas **está en nuestras manos**: poseemos la libertad de sopesar las diferentes posibilidades de actuación y de decidir de acuerdo con nuestros propios motivos y criterios.

Por control emocional **no entendemos ahogar o reprimir las emociones**, sino **regular, controlar o eventualmente modificar estados anímicos y sentimientos** -o su manifestación inmediata- cuando éstos **son inconvenientes** en una situación dada.

Un aspecto importante del autocontrol lo constituye la habilidad de **moderar** la propia reacción emocional a una situación, **ya sea esa reacción negativa o positiva** (por ejemplo: no sería conveniente expresar excesiva alegría ante otras personas, compañeras o amigas, que están pasando en ese momento por situaciones problemáticas o desagradables).

En la sociedad moderna, los viejos mecanismos instintivos de 'lucha-huida' **no nos sirven normalmente de ayuda**. Debemos utilizar cuanto sabemos acerca de las emociones y sentimientos propios y ajenos **para ayudarnos a controlar mejor nuestros impulsos**.

No podemos elegir nuestras emociones. **No se pueden simplemente desconectar o evitar**. Pero **está en nuestro poder** conducir nuestras reacciones emocionales y completar o sustituir el programa de conducta congénito primario, por ejemplo, el deseo o la lucha, **por formas de comportamiento aprendidas y civilizadas como el flirteo, la crítica, la discusión o la ironía**. Lo que hagamos con nuestras emociones, el hecho de manejarlas en forma inteligente, **depende de nuestro nivel de Inteligencia Emocional**.

2. Justificación de la Actividad:

Dado que el reconocimiento de **nuestros estados anímicos** es fundamental para que la convivencia en las aulas de clase sea cada vez mejor, y puesto que muchas veces se nos dificulta reconocer en los otros sus estados anímicos para sabernos relacionarnos los unos a los otros, la convivencia cada vez se nos dificulta. Tomando como punto de partida la facilidad y la inmediatez de las redes sociales respecto a la forma como le expresamos a los otros nuestros sentimientos más inmediatos, pretendemos que cada estudiante se conozca a sí misma e identifique y aprenda a regular sus propias emociones para que realmente se pueda poner en el lugar de las demás y comprender sus reacciones.

Las redes sociales han entonces facilitado la forma como le comunicamos a nuestras personas cercanas nuestras emociones, por medio de los EMOTICONES, es por esto que a veces podemos saber cuando alguien se encuentra enfermo, cansado, alegre o irritado. Pero en nuestro diario vivir y más aún en nuestro entorno escolar pocas veces sabemos como amanecieron nuestras compañeras o nuestros maestros.

Por lo tanto te invitamos a elaborar un rotafolio, en el cual diseñarás a tu gusto personal, las emociones que te acompañan en tu diario vivir de tal manera que cuando te sientas de una determinada forma y no quieres que nadie te moleste, o en cambio quieres que todo el mundo lo sepa, escojas el EMOTICON más acorde y lo pongas en tu escritorio. De ésta forma sabremos como te sientes, tanto tú como el resto de compañeras y hasta tus maestros, y así sabremos como tratarte, que decirte o qué no y de ésta manera generaremos un ambiente más cómodo en nuestras aulas de clase.

3. Pasos a seguir para la elaboración de los rotafolios en compañía de cada alfabetizadora:

- a) Dividir el grupo en 10 equipos
- b) Dividir el papel en el tamaño sugerido $\frac{1}{4}$ de hoja tamaño carta
- c) Cortar los diferentes papeles
- d) Dibujar en cada una de las hojas un EMOTICON tomado como base al molde proporcionado por la alfabetizadora y te puedes inspirar en la hoja que también te facilitarán para la realización de cada emoción.
- e) Colorear o decorar a gusto personal cada EMOTICON.
- f) Escribir en la parte de atrás de cada EMOTICON dibujado, las situaciones que te podrían ocasionar este tipo de emociones (Por ejemplo, "Me siento triste por ... o cuando...")
- g) Dibujar sobre la cartulina el molde para el soporte de las hojas en el rotafolio
- h) Doblar la cartulina según las guías dadas
- i) Hacerle a las hojitas con los EMOTICONES y al soporte ya elaborado huequitos con una perforadora
- j) Cocer cada huequito con lana o alambre de tal manera que se puedan pasar las hojitas
- k) Firmar tu rotafolio con nombre completo y grupo.

"Tú tienes el control sobre tus emociones, no lo pierdas. No se trata de no demostrar tu molestia, sino de hacerlo mesuradamente, sin después arrepentirte de una acción cometida en un momento de descontrol."

Napoleón Hill



CIBERGRAFIA

- <http://www.prodeni.org/index.htm> PRODENI-ASOCIACIÓN DE UTILIDAD PÚBLICA
- www.anar.org/ Fundación ANAR. Ayuda a Niños y Adolescentes en Riesgo.
- www.protegeles.com/acosoescolar.asp. Asociación Protégeles
- www.el-refugioesjo.net/bullying/. Recursos varios sobre el acoso escolar}
- www.acosoescolar.com. Informe Cisneros y Test
- www.acosomoral.org/indexbully.htm
- www.aidex.es/publicaciones/publicaciones.html. Publicaciones específicas
- www.ararteko.net/webs/menor-cast.htm
- www.xtec.es/%7Ejcollell/Z0%20Inici.htm
- www.wapoa.net/ Cuentos didácticos para alumnado entre 3 y 10 años
- www.pnte.cfnavarra.es/convive/intro.php Dípticos informativos del Gob. de Navarra sobre bullying
- http://www.acosomoral.org/pdf/guia_acoso.pdf
- [p://noalbullying.webcindario.com/](http://noalbullying.webcindario.com/). NO AL BULLYING, página explicativa

BIBLIOGRAFIA

- Avilés Martínez, J.M. 2000. El bullying en la ESO. En Escuela Hoy, 46,20-22
- Ávilés Martínez, JM. 2001. La intimidación y el maltrato en los centros escolares. En Lan Osasuna, 2, 13-14. Bilbao: STEE-EILAS
- Avilés Martínez, JM. 2002. PRECONCIMEI. Cuestionario sobre intimidación y maltrato entre iguales. Valladolid

