



EXEMPLOS DE ACTIVIDADES
PARA TRABALLAR NA AULA SOBRE
O ACOOSO ESCOLAR

1. QUE SABES SOBRE O ACOSO ESCOLAR?

Contesta ás seguintes preguntas sobre o acoso escolar.

(de Basta de bullying: <http://www.bastadebullying.com/>)

1- O bullying é:

- a) Un pasatiempo.
- b) Algo normal que pasa mentres crecemos.
- c) É un abuso e causa dor.
- d) Unha broma.

2- ¿Cales son algunhas das consecuencias do bullying?

Marca todas as que correspondan.

- a) Sentir medo.
- b) Abandonar a escola.
- c) Baixas cualificacións.
- d) Non ten consecuencias.

3- ¿A quen afecta o bullying ?

Marca todas as que correspondan.

- a) Aos nenos e nenas que sofren o bullying .
- b) Aos nenos e nenas que o ven, as testemuñas.
- c) Aos que atacan.
- d) A todos e todas.

4- ¿Que podo facer para deter o bullying ?

Marca todas as que correspondan.

- a) Quedarme calado e mirar para outro lado.
- b) Cos meus compañeiros e compañeiras ir dicirlle ao agresor que pare.
- c) Contarllo ao mestre ou mestra, ou a algún adulto da escola.
- d) Dicirlle ao meu papá ou mamá.
- e) Axudar a crear ou fortalecer o programa *antibullying* da miña escola.



2. Diferenciación de condutas de acoso de outras que non o son.



Repartiranse, ao chou, entre todos os alumnos, as tarxetas con comportamentos que se poden dar a diario na relación entre iguais.

Tamén se colocará, nun lugar moi visible da clase, un cartel con tres espazos diferenciados para poder clasificar as condutas analizadas polo alumnado.

Unha vez repartidas:

1.- "Cada grupo ou cada alumno deberá analizar as condutas que lle corresponden e decidir a) se son condutas de acoso escolar, b) se son condutas violentas e/ou indesexables pero non de acoso, ou c) se son condutas sociables positivas".

Deberase explicar e argumentar, para toda a clase.

2.- "Cada conduta deberá ser colocada polo alumnado na parte do cartel que lle corresponda".

CONDUTAS PROPIAS DE ACOSO

1. Ignóranme, non me fan caso.

2. Fanme pasar vergonza ante os demais.

3. Non me deixan falar.

4. Non me deixan xogar con eles/as.

5. Póñenme apodos.

6. Ameázanme para que faga cousas que non quero.

7. Obríganme a facer cousas que están mal.

8. Perséguenme, só me molestan a min.

9. Non me deixan participar, exclúenme.

10. Obríganme a facer cousas perigosas para min.

11. Obríganme a facer cousas que me poñen mal.

12. Obríganme a darlles as miñas cousas.

13. Rompen as miñas cousas á adrede.

14. Escóndenme as cousas.

15. Rouban as miñas cousas.

16. Din a outros que non estean comigo ou que non me falen.

17. Prohiben a outros/as que xoguen comigo.

18. Insúltanme.

19. Fan xestos de burla ou desprezo cara a min.

20. Non me deixan que fale ou me relacione con outros/as.

21. Fan todo o posible para que non xogue con outros/as.

22. Péganme co puño pechado, danme “coscorróns” e patadas.

23. Bérranme.

24. Cúlpanme de cousas que non dixen nin fixen.

25. Critícanme por todo o que fago.

26. Rinse de min cando me equivoco.

27. Ameázanme.

28. Péganme con cousas.

29. Cambian o significado do que digo.

30. Métense comigo para facerme chorar.

31. Remédanme para burlarse de min.

32. Métense comigo pola miña forma de ser.

33. Métense comigo pola miña forma de falar.

34. Métense comigo por ser fraco (ou gordo, ou usar anteollos).

35. Búrlanse de como é o meu corpo.

36. Inventan mentiras de min.

37. Fan todo o posible para que os outros non me aguanten.

38. Ameazan con pegarme.

39. Espéranme á saída para molestarme.

40. Fanme xestos para darme medo.

41. Prohibenme saír ao recreo.

42. Prohibenme pasar por certos lugares.

43. Obríganme a darlles a miña merenda.

44. Obríganme a que lles faga a tarefa.

45. Tíranme do pelo.

CONDUTAS CONTRARIAS AOS DEREITOS DOS OUTROS, QUE NON ESTÁN BEN, PERO QUE NON SON ACOSO

1. Chámanme soamente cando queren que lles axude a facer a súa tarefa.

2. Cando soa o timbre de saída, vanse, non se despiden de min.

3. Si non entenden o que estou dicindo, non me contestan, sen máis.

4. Cando me acusan de algo que non fixen, eles non din nada, non me defenden.

5. Cando non os vexo, repiten o que digo e fago para burlarse de min.

6. Aínda que estemos preto, falan forte cando me falan a min.

7. Rinse se non entendo o que están dicindo.

8. Ocupan o meu lugar sen permiso.

9. Cando eu chego a un grupo, todos se calan.

10. Se perdo algo, non me axudan a buscalo.

11. Tocan as miñas cousas todo o tempo.

12. Rompen ou destrúen “sen querer” as miñas cousas cando llas presto.

13. Cando estou en perigo, non me avisan.

14. Non me dan un consello cando lles pregunto se algo está mal ou ben.

15. Non respectan o meu lugar na fila.

16. Cóntanme que son o/a único/a á ao que non poderán invitar ao seu aniversario

17. Dinme que son o/a único/a que non fago o que eles/as din.

18. Presiónanme para que eu diga que si quero facer algo, cando non estou moi seguro/a si quero facelo.

19. Cando eu falo os/as compañeiros/as parece que non me escoitan.

20. Aproveitan cando a profe non lles ve para tentarme.

21. Xogan comigo só cando está preto a profesora.

22. Invítanme a xogar ao fútbol “para gañarme” porque eu non sei xogar ao fútbol.

23. Cando temos que traballar en grupo, non me invitan a traballar con eles.

24. Dinlle á profe que eu non traballo en clase, cando iso non é certo.

25. Cando me gusta a miña merenda, pídenme que lla cambie pola deles.

CONDUTAS POSITIVAS PARA A CONVIVENCIA

1. Os compañeiros falan conmigo

2. Comparten a súa merenda comigo

3. Cando algo se me perde, axúdanme a buscalo.

4. Comparten os seus materiais de clase comigo.

5. Invítanme ao seu aniversario.

6. Xogan comigo.

7. Pregúntanme se quero xogar con eles.

8. Chámanme sempre polo meu nome.

9. Trátanme con respecto.

10. Cóntanme algúns dos seus segredos.

11. Pídenme prestadas as miñas cousas cando as queren usar.

12. Axúdanme cando senten que estou avergoñado.

13. Cando eu falo os meus compañeiros escoitan e toman en conta o que eu digo.

14. Non me obrigan a facer cousas que non quero.

15. Nunca me ameazan por nada.

16. Cóidanme cando estou facendo cousas que están mal ou que son perigosas.

17. Aconséllanme que non faga cousas perigosas.

18. Respectan as miñas cousas.

19. Non tocan as miñas cousas sen permiso.

20. Coidan as miñas cousas cando llas presto.

21. Nunca me esconden as miñas cousas.

22. Non me rouban as miñas cousas.

23. Non me fan pasar vergonza ante os/as demais compañeiros/as.

24. Axúdanme a ter máis amigos/as.

25. Pídenlles a outros/as rapaces que sexan os meus amigos/as.

26. Permítenme xogar cos seus amigos/as.

27. Nunca me din cousas feas, insultantes, ou que me fagan sentir mal.

28. Pídenme desculpas cando me dixeron algo feo ou que me fixo sentir mal.

29. Nunca fan xestos feos cando se refiren a min.

30. Nunca me pegan, nin me dan patadas, nin coscorróns.

31. Falan nun ton que todos podemos escoitar, sen gritar.

32. Non permiten que me culpen de cousas que non fixen.

33. Axúdanme a aclarar situacións nas que eu non tiven responsabilidade.

34. Cando non entenden o que digo, pregúntanme outra vez.

35. Non me critican pola miña forma de ser.

36. Non critican o meu corpo, nin a miña roupa.

37. Non inventan mentiras sobre min.

38. Despídense de min á saída do colexio.

39. Invítanme a saír ao recreo con eles/as.

40. Fan unha fila ordenada para permitir que todos saiamos ao recreo.

41. Danme paso” cando quero saír da clase.

42. Non me piden que lles faga a tarefa.

43. Axúdanme a facer as miñas tarefas.

44. Cando traballamos en grupo, todos traballan.

MODELO DE CARTEL PARA EXPOÑER NO QUE SE CLASIFICARÁN AS CONDUCTAS ANALIZADAS

CONDUTAS DE ACOSO	CONDUTAS INDESEXABLES QUE NON SON ACOSO	CONDUTAS DESEXABLES PARA A CONVIVENCIA

3.- Diferenciar tipos de acoso escolar

No seguinte listado aparecen os principais comportamentos que poden ser acoso escolar.

Reflexiona sobre cada un e marca a que tipo de acoso pertencen.

	Físico	Social	Verbal	Psicológico
Chamarlle motes				
Non falarlle				
Rirse del cando se equivoca				
Insultalo				
Acusalo de cousas que non dixo ou non fixo.				
Contar mentiras sobre el				
Meterse con el pola súa forma de ser				
Burlarse da súa aparencia física				
Non deixarlle xogar co grupo				
Facer xestos de burla ou desprezo				
Berrarlle ou gritarlle				
Criticalo por todo o que fai				
Imitalo para burlarse				
Odialo sen razón				
Cambiar o significado do que di				
Pegarlle coscorróns, puñetazos e patadas				
Non deixalo falar				
Esconderlle cousas				
Poñelo en ridículo ante os demais				
Terlle teima				
Meterse con el para facelo chorar				
Dicirlle a outros que non estean con el ou que non lle falen				
Meterse con el pola súa forma de falar				
Meterse con el por ser diferente				
Roubar as súas cousas				

4.- Diferenciación de condutas de acoso escolar

AS CORES DO SEMÁFORO SINÁLANNOS ALGO:

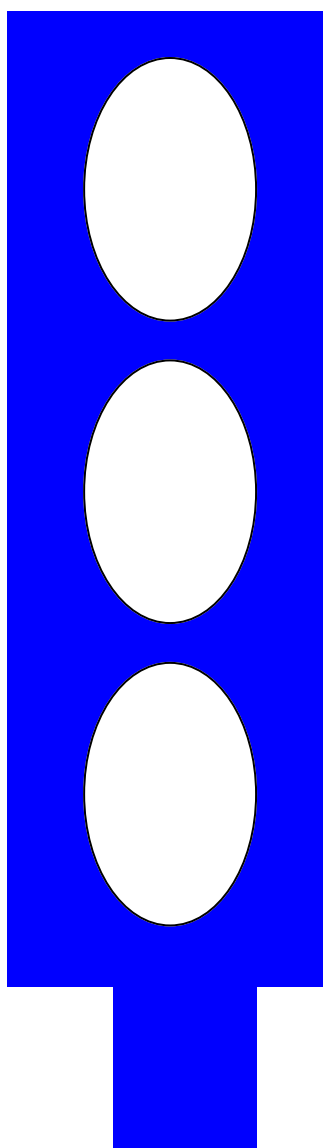
- O VERMELLO É PERIGO
- O AMARELO, ATENCIÓN
- O VERDE, PERMITIDO.

Imos usar este código para o acos escolar:

PERIGO!	Trátase de bullying .
ATENCIÓN!	Aínda que non se trate de bullying, isto pode molestar a alguén.
CORRECTO	Actuar dese xeito axuda a levarse ben cos demais.

Pinta as luces do semáforo.

Segundo o código establecido, une cada conduta coa cor do semáforo que lle corresponda.



- Axudar a un compañeiro ou compañeira cando algo se lle perde.
- Poñer atención nun compañeiro só cando xogan ao fútbol porque é bo xogador.
- Poñerlle apodos e rirse dun compañeiro ou compañeira todos os días.
- Invitar a xogar a un compañeiro ou compañeira, aínda que non sexa o meu amigo ou amiga.
- Inventar mentiras sobre outra persoa e difundilas por Internet.
- escoitar e ter en conta o que din os demais.
- Non axudar a un compañeiro/a coa tarefa porque hoxe non teño tempo.
- Sumarse a molestar cando agreden a un compañeiro ou compañeira.
- Prohibirlle participar nun xogo a un compañeiro ou compañeira sempre que o pide

5.- Entendiches ben cando se trata de acoso escolar?

Márca a resposta correcta en cada una das seguintes cuestións:

a) Para que se trate de bullying, estas situacións deberían ocorrer:

- ☐ unha vez.
- ☐ dúas veces.
- ☐ moitas veces.

b) Para que sexa *bullying*, o neno, a nena ou o grupo que agreden:

- ☐ teñen intención de molestar.
- ☐ fano sen darse conta.
- ☐ fano como broma.

c) Trátase de acoso escolar cando o neno ou nena que é molestado:

- ☐ non lle afecta para nada ser molestado.
- ☐ séntese mal, discriminado ou humillado.
- ☐ pode ignorar o que lle pasa.



6.- Le as seguintes frases sobre o acoso escolar e marca cales son verdadeiras (V) e cales falsas (F).

Explica por que.

	Verdadeiro	Falso
O bullying é unha broma entre nenos e nenas.		
Se es vítima de bullying, podes sentir medo, tristeza e non ter ganas de ir á escola.		
Se es diferente aos demais, mereces que che fagan <i>bullying</i> .		
Se te agreden, é pola túa culpa.		
Ser agredido é algo normal que lles pasa a todos os nenos e nenas.		
O bullying afecta ao que é molestado/a, ao que molesta e aos compañeiros e compañeiras que observan o que pasa.		



Sinala no debuxo as condutas que poden entrar dentro do acoso escolar

7. Análise e debate dun caso.

Lectura de "O caso de Alba". Traballalo en grupos pequenos, de acordo co formulario que se propón e logo debatilo en gran grupo, sacando as conclusións oportunas.

"O CASO DE ALBA"

Alba era unha moza divertida e encantadora, a todo o mundo lle agradaba, pero todos se dirixían a ela cunha actitude diferente, simplemente por ser Alba Perla. Ela aceptaba todo, nunca se enfadaba. Sempre sorría con eses olliños que desprendían gratitude. Con todo, para todas as alumnas de sexto era a nosa vítima perfecta. Ás veces, ata parecía feliz mentres soportaba as nosas pesadas bromas a cambio de pertencer á nosa pandilla.

En ningún momento nos puxeranos de acordo para tratala así, nin sequera faláramos sobre a súa roupa horterá, nin sobre o seu mal gusto para arranxarse o pelo. Pero un día, unha de nós comezou: *¿Fixástesvos na súa falta morada?, ¿contáronvos as guarradas que fai con ese rapaz?...* As demais continuamos desafogándonos e contando todo o que, sen dúbida, sempre pensáramos. Aí non quedou a cousa. A nosa relación con Alba rematou un trinta de marzo, cando un neno da clase nos convidou á súa festa de cumpreanos. Alba estaba entusiasmada; era a primeira vez que a súa nai a deixaba ir a unha festa. Entón pasou algo terrible: non recordo quen foi, pero, varios días antes da festa, alguén dixo: *Alba non pode vir connosco; coas pintas que leva, como imos ir con ela!. Temos que desfacer-nos dela.* ¿Como llo diríamos? Non sei por qué, pero, como sempre, tocóme a min comunicarllo.

Durante un cambio de clase, estábamos discutindo sobre o vestido que nos íamos poñer e de súpeto, ¡oh, non!, Alba achegábase. Todas me dixeron: *Agora é a túa quenda.* Non sabía como facelo, ela viña cara a nós sorrindo e eu mirábaa seria, pero non se daba por aludida, *¿por que mo pon tan difícil?* –Pensei-, chegou ata min e preguntóme *¿hai algún problema?* Quedeime en silencio, mentres as demais seguían falando, aínda que, en realidade, estaban pendentes do que eu ía dicir, e, sen saber como, solteille: *Séntoo Alba, non podes vir á festa.* Ela miróme fixamente e, nun segundo, os seus ollos empañáronse e brillaron coma diamantes; as bágoas empezaron a escorregar polas súas fazulas brancas. ¡Que horror! Aínda o estou vendo. Volveuse sen dicir nada, sen pedir explicacións. Foi a última vez que a vin, nunca máis volveu ao colexio.

Agora, trinta anos despois, sigo pensando nela, e encantaríame non facer o que fixen, pero xa non ten remedio. Só sei que nunca máis tratei a ninguén dese xeito; que en cada persoa marxinada vía a súa cara e intentaba remediar o sucedido. Quixera poder atopala, explicarlle o mal que aínda me sento e pedirlle desculpas. Pero, como supoño que iso non será posible, contentareime con rematar cunhas liñas dedicadas a Alba:

Alba, quero que saibas que nunca fun unha santa. Ao longo da miña vida cometín moitos erros, pero estou segura de que non volví a traizoar conscientemente a ninguén como cho fixen a ti, e espero non volver facelo.

GUIÓN PARA O ANÁLISE E DEBATE DO CASO	
INFORMACIÓN XERAL	
Quen é o/ protagonista principal do relato?	
Que é o que pasa na lectura (argumento)	
Que outros protagonistas interveñen. Defíneos.	
A relación entre os protagonistas é	
ANÁLISE DO CONFLITO	
Cando e como se inicia o conflito?	
Cal é a causa do conflito?	
Que intereses teñen os protagonistas?	
Que opinión teñen os protagonistas?	
Que valores che parece que se expresan na lectura?	
Que tipos de malos tratos se producen (físicos, verbais, sociais, ciberacoso...)?	
Como cres que se sente a protagonista ? Sentícheste algunha vez así ou viches que algún coñecido teu se puidese ter sentido así?	
Que persoas levan a cabo o maltrato? Por que cres que o fan? Como cres que se senten	
Que fan os espectadores? Por que cres que o fan? Como cres que se senten?	
RESOLUCIÓN	
Como se resolveu o conflito?	
Ti que Farías para resolver o conflito?	
Cales son as mellores opcións para resolver o conflito?	
Como poden previr e evitarse estes conflitos?	

8. Análise e debate de un vídeo.

Visionado do vídeo: "[El encargado](https://www.youtube.com/watch?v=WgiB06NNb5E)", corto dirixido por Jorge Barrejón, que se pode atopar no seguinte enderezo: <https://www.youtube.com/watch?v=WgiB06NNb5E>

. Traballalo en grupos pequenos, de acordo co formulario que se propón e logo debatilo en gran grupo, sacando as conclusións oportunas.

GUIÓN PARA O COMENTARIO DO VÍDEO	
Que título lle poñerías ti a este vídeo?	
INFORMACIÓN XERAL	
Quen é o/ protagonista principal do vídeo?	
Que é o que pasa no vídeo (argumento)	
Que outros protagonistas interveñen. Defíneos.	
A relación entre os protagonistas é	
ANÁLISE DO CONFLITO	
Cando e como se inicia o conflito?	
Cal é a causa do conflito?	
Que intereses teñen os protagonistas?	
Que opinión teñen os protagonistas?	
Que valores che parece que se expresan no vídeo?	
Que tipos de malos tratos se producen no vídeo (físicos, verbais, sociais, ciberracoso...)?	

Como cres que se sente o protagonista do vídeo? Sentícheste alguna vez así ou viches que algún coñecido teu se puidese ter sentido así?	
Que persoas levan a cabo o maltrato? Por que cres que o fan? Como cres que se senten	
Que fan os espectadores? Por que cres que o fan? Como cres que se senten?	
RESOLUCIÓN	
Que pasa se permanecemos inactivos?	
Ti que Farías para resolver o conflito?	
Cales son as mellores opción para resolver o conflito?	
Como poden previrse e evitarse estes conflitos?	



9.-Buscando solucións

Une con frechas cada situación coa súa solución máis axeitada.

• Agustín viu como un neno máis grande molestaba a Santiago.
• Desde que empezaron as clases, un grupo de compañeiros burlase de Paula.
• Na escola de Lucía, un grupo de compañeiras sempre deixa de lado a outra porque é moi tímida. Nunca lle permiten xogar e burlanse dela con frecuencia.
• Daniela recibe agresións a través de Internet: vídeos que lle fan sentir vergonza, insultos e bur-las. Tamén fan correr ru-mores malos sobre ela.

• 5º grado organizou unha campaña de afiches con mensaxes para informar sobre o bullying .
• Eliminou aqueles contac-tos que a agreden e falou do tema co seu pai e a súa nai.
• Falou cos seus pais e cos seus mestres e mestras.
• Achegouse ao seu amigo para darlle ánimo e acom-pañalo a falar cun mestre.



Eu

COMPROMÉTOME A:

1º.- Non maltratar a ningún dos compañeiros do meu colexio: non pegar, non insultar, non ameazar, non excluír a ningún dos meus xogos ou traballos, non contar rumores sobre os demais.

2º.- Resolver os conflitos que teña cos meus compañeiros de forma pacífica, falando ou pedindo-lle axuda a un adulto.

3º.- Non quedarme calado cando vexa que algún compañeiro da miña escola está sendo maltratado: poñereime do seu lado, axudareino ou pedirei axuda aos adultos responsables para que cese o maltrato.

Ourense, de de 2016