



**COMILLAS**  
**UNIVERSIDAD PONTIFICIA**

ICAI

ICADE

CIHS

**Trabajo Fin de Máster**

**Prevención del acoso escolar y promoción del buen trato en el primer ciclo de Educación Primaria: una propuesta de intervención en tutoría**

Autora: Bianca Agosto Sánchez

Tutor: Pablo Muriel

Máster Universitario en Psicopedagogía

Curso académico: 2025-2026

Junio 2026



## ÍNDICE

Resumen.....	5
Abstract.....	6
Introducción.....	7
Justificación del programa de actuación.....	8
3.1 Justificación teórica.....	9
3.1.1 Conceptualización del acoso escolar.....	10
3.1.2 Prevalencia y consecuencia del acoso escolar.....	11
3.1.3 El acoso escolar como fenómeno grupal y el papel del observador.....	12
3.1.4 Prevención en Educación primaria.....	13
3.1.5 Prácticas eficaces en la prevención del acoso escolar.....	14
3.2 Marco normativo.....	15
Contextualización del centro educativo.....	16
Plan de actuación específico.....	17
5.1 Objetivos del programa.....	18
5.2 Detección de necesidades.....	19
5.3 Equipo profesional implicado.....	20
5.4 Metodología.....	21
5.5 Medidas de atención a la diversidad.....	22
5.6 Temporalización y fases del programa.....	23
5.7 Actividades y desarrollo de los bloques.....	24
5.8 Recursos.....	26
5.9 Evaluación del programa.....	27
Reflexión personal.....	28
Aserciones finales.....	30
Referencias.....	32
Anexos.....	35



## **Resumen**

Este Trabajo de Fin de Máster plantea el diseño de un programa de actuación específico orientado a la prevención del acoso escolar y a la promoción del buen trato en el primer ciclo de Educación Primaria. La propuesta se desarrolla dentro del horario semanal de tutoría y se organiza en tres bloques de trabajo: educación emocional, role-playing y diálogo grupal.

El objetivo principal es abordar la convivencia escolar de forma continuada, y no únicamente cuando aparece un conflicto. Para ello, el programa propone actividades participativas y adaptadas a la edad del alumnado, a través de las cuales los alumnos puedan reconocer emociones, reflexionar sobre sus relaciones con sus compañeros de clase y pensar distintas formas de actuar ante situaciones de exclusión, burla o maltrato.

Uno de los aspectos centrales de la propuesta es el papel del observador, entendiendo que las reacciones del grupo pueden influir en que determinadas conductas se mantengan o se frenen. Por ello, el programa busca ofrecer al profesorado una herramienta clara, práctica y aplicable en tutoría para favorecer un clima de aula más seguro, respetuoso y basado en el buen trato.

***Palabras clave:*** acoso escolar, buen trato, convivencia escolar, educación emocional, tutoría, prevención.

## **Abstract**

This Master's Thesis presents the design of a specific intervention programme aimed at preventing school bullying and promoting positive relationships in the first cycle of Primary Education. The proposal is implemented during weekly tutorial sessions and is organised into three blocks: emotional education, role-playing and group dialogue.

The main objective is to address school coexistence in a continuous manner, rather than only when a conflict arises. To achieve this, the programme includes participatory activities adapted to the students' age, through which children can recognise emotions, reflect on their relationships with their classmates and consider different ways of responding to situations of exclusion, teasing or mistreatment.

One of the central aspects of the proposal is the role of the bystander, understanding that the reactions of the group can influence whether certain behaviours continue or stop. Therefore, the programme seeks to provide teachers with a clear, practical and applicable tool for tutorial sessions that helps promote a safer, more respectful classroom environment based on positive relationships and mutual respect.

**Keywords:** school bullying, positive relationships, school coexistence, emotional education, tutorial action, prevention.

## **Introducción**

El presente Trabajo de Fin de Máster se centra en el diseño y fundamentación de un programa de actuación específico para la prevención del acoso escolar y la promoción del buen trato en el primer ciclo de Educación Primaria (6–8 años). La propuesta plantea una intervención organizada para desarrollarse dentro del horario semanal de tutoría a través de actividades estructuradas que permitan trabajar la convivencia de forma continuada y no únicamente cuando aparece un problema concreto.

La idea principal de este trabajo es abordar la prevención del acoso escolar y la promoción del buen trato desde tutoría, sin limitarse a transmitir al alumnado un único mensaje sobre que el maltrato “está mal”. Más bien, busca plantear una metodología de trabajo que ayude a construir, poco a poco, una forma de relacionarse basada en la empatía, el respeto y la responsabilidad dentro del grupo. Para ello, el programa combina actividades de educación emocional, dinámicas participativas, situaciones de role-playing y espacios de diálogo y reflexión adaptados a la edad del alumnado.

Desde esta perspectiva, no se pretende dividir la realidad en “buenos y malos”, ni señalar culpables, sino ayudar a los alumnos a reconocer conductas que pueden hacer daño y, sobre todo, a reflexionar sobre el papel que cada uno tiene cuando presencia una situación injusta. Por eso, dentro del programa se pone especial foco en quienes presencian estas situaciones, entendiendo que el grupo tiene mucha más influencia de lo que parece a la hora de que ciertas conductas se mantengan o, por el contrario, se frenen.

Además, el programa busca ofrecer al profesorado una estructura clara y fácilmente aplicable dentro del aula. Muchas veces los docentes se encuentran con dificultades para abordar conflictos de convivencia o situaciones de exclusión en el día a día, especialmente en edades tempranas. Por eso, esta propuesta pretende facilitar herramientas, actividades y espacios de trabajo que permitan intervenir de forma preventiva y no únicamente reactiva.

Mi interés por este tema surgió en la asignatura de Evaluación Psicopedagógica en Educación Secundaria, Bachillerato y Formación Profesional, donde pude profundizar en cuestiones relacionadas con el maltrato escolar, el clima de convivencia, el autoconcepto y la educación emocional. A lo largo de la carrera de Pedagogía no había trabajado este tema con

tanta profundidad, y fue en el máster cuando comprendí la importancia de abordar la prevención desde edades tempranas y no únicamente cuando el problema ya está presente.

A partir de esa experiencia formativa surge esta propuesta, que nace del deseo de convertir esos aprendizajes en una intervención concreta y aplicable en el aula. Más allá de actividades puntuales, la intención es diseñar un programa organizado que permita trabajar la convivencia y el bienestar emocional de manera progresiva, cercana y adaptada a la realidad del primer ciclo de Educación Primaria.

En definitiva, con este TFM se pretende mostrar que la prevención del acoso escolar puede integrarse en el día a día del aula mediante propuestas estructuradas, participativas y adaptadas al desarrollo del alumnado, contribuyendo así a la construcción de entornos escolares más seguros y respetuosos desde los primeros años de Primaria.

## **Justificación del programa de actuación**

El acoso escolar sigue siendo una realidad en muchos centros educativos y afecta a un número significativo de niños y niñas en Educación Primaria. En ocasiones, ciertas conductas se minimizan como “cosas de niños”, pero las burlas repetidas, la exclusión o los comentarios despectivos pueden dejar una huella profunda en la autoestima, la seguridad y el bienestar emocional del alumnado. Cuando estas situaciones se mantienen en el tiempo, no solo afectan a quien las sufre, sino que influyen en el clima general del aula.

En los primeros cursos de Educación Primaria, estas conductas pueden aparecer de forma sutil, ya sea como comentarios aparentemente inofensivos, juegos en los que siempre alguien queda fuera o silencios que refuerzan determinadas actitudes. A estas edades, los niños todavía están aprendiendo a gestionar sus emociones y a comprender el impacto que tienen sus palabras y acciones en los demás. Por eso, intervenir desde el inicio resulta clave para evitar que estas dinámicas se consoliden y pasen a formar parte habitual de la convivencia del grupo.

Además, no siempre se trabaja con suficiente profundidad el papel de quienes observan estas situaciones. El alumnado que presencia una conducta de exclusión puede reforzarla con la risa o el silencio, pero también puede ayudar a frenarla mostrando apoyo o pidiendo ayuda a un adulto. Esta dimensión grupal cobra especial relevancia en el primer ciclo, donde el sentimiento de pertenencia y la necesidad de aceptación comienzan a adquirir mayor peso.

Es importante mencionar que la mayoría de los centros cuentan con planes de convivencia y protocolos de actuación, sin embargo, estos suelen activarse cuando el problema ya es evidente. Por eso, resulta necesario plantear intervenciones preventivas organizadas desde los primeros cursos de Primaria, que permitan trabajar la convivencia antes de que surjan situaciones más graves.

Aunque existen programas de prevención del acoso con respaldo científico, no siempre se encuentran propuestas adaptadas al primer ciclo de Educación Primaria que permitan trabajar estos contenidos de forma continuada, práctica y fácilmente aplicable en tutoría. En muchos casos, las intervenciones se reducen a actividades puntuales o a explicaciones generales sobre el acoso, sin ofrecer una metodología que ayude al alumnado a reflexionar, practicar y construir formas de relación más respetuosas a lo largo del tiempo.

De ahí surge la necesidad de diseñar un programa de actuación específico organizado en bloques de trabajo, que permita abordar la educación emocional, la representación de situaciones cotidianas y el diálogo grupal de manera progresiva. La idea es que no sea una actividad aislada, sino una propuesta que forme parte del trabajo habitual de la tutoría y que ofrezca al profesorado una estructura clara para trabajar la prevención del acoso y la promoción del buen trato dentro del aula.

Asimismo, esta propuesta se alinea con lo que recoge la normativa vigente en relación con la educación emocional, la convivencia positiva y la prevención de conflictos desde edades tempranas. A través de este trabajo se busca ofrecer una intervención práctica que facilite al profesorado abordar estos temas de forma cercana, adaptada a la edad del alumnado y que sea coherente con el marco educativo actual.

Para fundamentar teóricamente esta necesidad, a continuación se desarrollará el marco conceptual y la evidencia científica que respaldan la intervención propuesta.

### **3.1 Justificación teórica**

Para comprender la necesidad del programa de actuación propuesto, es importante partir de una base teórica que permita entender qué se entiende por acoso escolar, cuáles son sus características principales y por qué resulta fundamental intervenir desde edades tempranas. En este apartado se desarrollan los conceptos clave relacionados con el maltrato entre iguales, su diferencia con los conflictos puntuales, su impacto en el alumnado y el papel que desempeña

el grupo dentro de estas dinámicas. Asimismo, se revisa la evidencia existente sobre estrategias de prevención y promoción del buen trato que han demostrado ser eficaces, con el objetivo de fundamentar la intervención planteada en este trabajo.

### **3.1.1 Conceptualización del acoso escolar**

El acoso escolar es una forma específica de maltrato entre iguales que se produce en el contexto educativo y que presenta características concretas que lo diferencian de otros conflictos habituales en la infancia. Uno de los autores pioneros en el estudio de este fenómeno es Dan Olweus, quien definió el acoso como una conducta agresiva, intencionada y repetida en el tiempo, en la que existe un desequilibrio de poder entre quien agrede y quien sufre la agresión (Olweus, 1993). Esta definición ha sido ampliamente aceptada y continúa siendo el punto de partida en la investigación actual sobre el tema.

En esta misma línea, estudios más recientes siguen respaldando estos elementos y señalan que el acoso no puede entenderse como una agresión puntual, sino como una dinámica que se mantiene en el tiempo y en la que el desequilibrio de poder resulta determinante (Hellström, Thornberg, & Espelage, 2021). Además, estas investigaciones insisten en la importancia de tener en cuenta el contexto social en el que se producen estas situaciones, ya que el grupo influye de forma significativa en su mantenimiento o en su interrupción.

Para que una situación pueda considerarse acoso deben cumplirse tres elementos fundamentales, que son la intencionalidad de hacer daño, la repetición de la conducta y la existencia de una relación desigual de poder que dificulta la defensa de la víctima. Este desequilibrio puede ser físico, psicológico o social, y es precisamente lo que convierte la situación en especialmente dañina y sostenida en el tiempo.

Al mismo tiempo, es importante diferenciar el acoso escolar de los conflictos puntuales entre iguales. En el contexto educativo es habitual que surjan desacuerdos o discusiones ocasionales entre alumnos. Sin embargo, en estos casos suele existir una mayor igualdad entre las partes implicadas y la situación no se prolonga en el tiempo. En cambio, el acoso implica una dinámica repetida que termina afectando de manera continuada al bienestar emocional del menor (Ortega-Ruiz, 2010).

Además, el acoso puede manifestarse de distintas formas. Tradicionalmente se distinguen el acoso físico, el acoso verbal, el acoso relacional o social, caracterizado por la

exclusión o el aislamiento y, más recientemente, el ciberacoso (Smith et al., 2008). En las primeras etapas de Educación Primaria suelen predominar las formas verbales y relacionales, que a veces pasan más desapercibidas por no implicar agresión física directa, pero que pueden afectar de manera significativa a la autoestima y al sentido de pertenencia al grupo.

En definitiva, comprender con claridad qué es el acoso escolar y saber diferenciarlo de otras situaciones de conflicto resulta esencial para poder intervenir de forma adecuada. Es importante contar con una base conceptual sólida para evitar normalizar conductas que pueden ser dañinas y permitir abordar el fenómeno desde una perspectiva rigurosa y fundamentada.

### **3.1.2 Prevalencia y consecuencias del acoso escolar**

El acoso escolar es una realidad que continúa presente en muchos centros educativos. Organismos internacionales como la UNESCO señalan que una parte importante del alumnado a nivel mundial ha sufrido algún tipo de acoso durante su etapa escolar (UNESCO, 2019). Estos datos muestran que no se trata de casos excepcionales, sino de una situación que aparece en distintos contextos y que la escuela no puede ignorar.

En el caso de España, distintos informes también evidencian la presencia de situaciones de maltrato entre iguales desde edades tempranas. Save the Children (2016) recoge que un porcentaje significativo de estudiantes afirma haber sufrido insultos, burlas o situaciones de exclusión por parte de sus compañeros. Aunque no todas estas experiencias pueden considerarse acoso en sentido estricto, sí reflejan dinámicas que pueden volverse dañinas si no se abordan a tiempo.

Según el VI Informe de Prevención del Acoso Escolar en Centros Educativos, elaborado por la Fundación Mutua Madrileña y la Fundación ANAR, el 9,4% del alumnado encuestado afirma que él mismo o alguno de sus compañeros está sufriendo acoso escolar o ciberbullying. Además, el informe recoge que casi la mitad del alumnado, un 47%, reconoce que no hace nada cuando observa que un compañero está sufriendo acoso. Estos datos resultan especialmente relevantes para este trabajo, ya que refuerzan la necesidad de intervenir no solo con quienes sufren o ejercen el acoso, sino también con el grupo que observa estas situaciones (Fundación Mutua Madrileña & Fundación ANAR, 2024).

Más allá de las cifras, lo importante son las consecuencias que estas situaciones pueden tener en el desarrollo del alumnado. Diversos estudios han señalado que las víctimas de acoso

pueden experimentar ansiedad, baja autoestima, sentimientos de soledad e incluso síntomas depresivos (Garaigordobil & Oñederra, 2010). Además, estas experiencias no solo afectan al bienestar emocional, sino también al rendimiento académico, a la participación en el aula y a la sensación de seguridad dentro del centro. Algunas investigaciones también han señalado que el impacto del acoso puede mantenerse a largo plazo, llegando a relacionarse en la vida adulta con mayores problemas emocionales, problemas de autoestima y dificultades en las relaciones sociales (Olweus, 1993; Ttofi & Farrington, 2011). Por ello, trabajar la prevención desde edades tempranas resulta especialmente importante.

Ahora bien, el impacto del acoso no se limita únicamente a quien lo sufre. Cuando determinadas conductas se normalizan, el grupo puede empezar a percibir las como algo habitual, y eso influye en la forma en que los alumnos se relacionan y entienden la convivencia. Por eso, intervenir de manera preventiva no solo contribuye a proteger a posibles víctimas, sino que ayuda a construir un clima de aula más seguro y respetuoso para todo el alumnado.

### **3.1.3 El acoso escolar como fenómeno grupal y el papel del observador**

Durante mucho tiempo, el acoso escolar se ha explicado centrándose únicamente en dos figuras, es decir quien agrede y quien sufre la agresión. Sin embargo, cada vez hay más investigaciones que muestran que esta visión se queda corta. El acoso no ocurre solo entre dos personas, sino dentro de un grupo que observa, reacciona y, en muchos casos, influye en lo que sucede.

En esta línea, el modelo propuesto por Salmivalli (2010) señala que, además del agresor y la víctima, existen otros roles dentro de estas situaciones. Hay compañeros que refuerzan la conducta con risas o comentarios, otros que apoyan a la víctima y también quienes observan sin intervenir. Aunque estos últimos no participen directamente en la agresión, su actitud puede favorecer que la situación continúe o que se detenga.

La importancia del observador no es solo una cuestión teórica. Diversos estudios han señalado que presenciar situaciones de acoso también puede afectar emocionalmente a quienes las observan. Midgett y Dumas (2019) encontraron que los estudiantes que actúan como testigos de acoso pueden presentar mayores niveles de ansiedad y síntomas depresivos. Esto muestra que el acoso no impacta únicamente en la víctima, sino que tiene consecuencias más amplias dentro del grupo.

Por este motivo, algunos programas de prevención han puesto el foco en trabajar con el grupo y no solo con el agresor o la víctima (Salmivalli, Kärnä, & Poskiparta, 2011). Cuando el grupo deja de reforzar determinadas conductas y comienza a mostrar rechazo o apoyo a la víctima, la dinámica puede cambiar.

En Educación Primaria, donde el grupo comienza a tener un peso importante en la construcción de la identidad y en el sentimiento de pertenencia, trabajar el papel del observador cobra aún más sentido. No se trata de señalar o culpabilizar, sino de ayudar a los niños a tomar conciencia de que su reacción, incluso el silencio, también influye en lo que ocurre dentro del aula.

Entender el acoso como un fenómeno grupal permite ampliar la intervención y plantearla desde una mirada más preventiva y educativa, centrada en la convivencia y en la responsabilidad compartida. Es por eso que este enfoque resulta coherente con la propuesta planteada en el presente trabajo.

### **3.1.4 Prevención en Educación primaria**

Cuando se habla de acoso escolar, muchas veces la intervención se plantea cuando el problema ya es visible y ha generado consecuencias claras. Sin embargo, la prevención implica actuar antes de que determinadas conductas se consoliden, trabajando desde el inicio aspectos como la empatía, el respeto y las habilidades sociales dentro del grupo.

En el primer ciclo de Educación Primaria, el alumnado se encuentra en una etapa muy importante desde el punto de vista socioemocional. En estos años comienzan a consolidarse el autoconcepto, la autoestima y las primeras relaciones de pertenencia más estables dentro del grupo. Tal como señala Bisquerra (2003), la educación emocional en estas edades resulta fundamental para favorecer el desarrollo integral y prevenir posibles dificultades en la convivencia. Aprender a reconocer las propias emociones, comprender las de los demás y regular la conducta influye directamente en la forma en que los niños se relacionan.

Intervenir en este momento permite trabajar la convivencia antes de que determinadas dinámicas de exclusión o burla lleguen a normalizarse. La investigación sobre programas de prevención del acoso escolar muestra que las intervenciones que se aplican de manera temprana suelen ser más eficaces que aquellas que se desarrollan cuando el problema ya está consolidado (Ttofi & Farrington, 2011). Esto refuerza la idea de que la escuela no solo debe actuar cuando

aparece una situación de acoso, sino también crear las condiciones necesarias para que estas conductas no lleguen a establecerse.

En este marco, la tutoría ofrece una oportunidad adecuada para desarrollar este trabajo. No se trata únicamente de un espacio organizativo, sino de un momento en el que el grupo puede detenerse, reflexionar y hablar sobre cómo se están construyendo sus relaciones. Es un espacio que permite trabajar la educación emocional y la convivencia de forma guiada y consciente. Es por eso que integrar la prevención en este contexto facilita que estos aprendizajes formen parte del día a día del aula y no queden reducidos a actividades puntuales.

Plantear una intervención preventiva en el primer ciclo de Educación Primaria no significa anticipar problemas, sino acompañar al grupo desde el inicio en la construcción de una forma de relacionarse basada en el respeto y la empatía. Se trata de ayudar al alumnado a tomar conciencia de que sus palabras y acciones tienen un impacto en los demás. Desde esta perspectiva, la prevención no es solo una estrategia para evitar situaciones de acoso, sino una oportunidad para fortalecer el clima del aula y cuidar la convivencia desde los primeros años.

### **3.1.5 Prácticas eficaces en la prevención del acoso escolar**

Además de comprender qué es el acoso escolar y cómo se desarrolla dentro del grupo, es necesario analizar qué tipo de intervenciones han demostrado ser realmente eficaces para prevenirlo. La investigación en este ámbito indica que las propuestas que se aplican de manera planificada y sostenida en el tiempo suelen obtener mejores resultados que aquellas que se limitan a actuaciones puntuales (Ttofi & Farrington, 2011).

Entre los elementos que se repiten en las intervenciones más eficaces se encuentran el trabajo sobre el clima de aula, la implicación activa del grupo y el desarrollo de habilidades socioemocionales. No se trata únicamente de señalar conductas inadecuadas, sino de fomentar en el alumnado la empatía, la capacidad de ponerse en el lugar del otro y la responsabilidad compartida dentro del grupo. En esta línea, el aprendizaje socioemocional ha mostrado efectos positivos tanto en la mejora de la convivencia como en el bienestar general del alumnado (Durlak et al., 2011).

Otro aspecto importante es la continuidad. Las investigaciones muestran que las propuestas que se trabajan a lo largo del tiempo y se incorporan a la vida diaria del centro suelen tener mejores resultados que aquellas que se hacen de forma puntual. Por eso, la

intervención no debería limitarse a actuar cuando surge un problema concreto, sino formar parte del trabajo cotidiano del grupo.

En esta línea, distintos autores destacan la importancia de utilizar metodologías activas y participativas que permitan al alumnado implicarse de manera directa en la construcción de la convivencia. Actividades relacionadas con la educación emocional, el diálogo grupal, la representación de situaciones cotidianas o la reflexión compartida favorecen que los alumnos no solo comprendan determinados contenidos, sino que puedan ponerlos en práctica dentro de sus relaciones diarias (Durlak et al., 2011).

En conjunto, la evidencia señala la importancia de intervenciones que combinen reflexión grupal, desarrollo emocional y una planificación clara. Estos elementos encajan con la propuesta planteada en este trabajo, que busca ofrecer una intervención organizada, adaptada al primer ciclo de Educación Primaria y centrada en el papel del grupo dentro de la convivencia escolar.

### **3.2 Marco normativo**

La propuesta planteada en este trabajo no solo se apoya en la evidencia teórica existente sobre el acoso escolar y su prevención, sino que también se enmarca dentro de la normativa educativa vigente. La legislación actual insiste en la importancia de promover una convivencia positiva y de atender al desarrollo personal y emocional del alumnado desde las primeras etapas educativas.

La Ley Orgánica 3/2020 (LOMLOE) recoge entre los fines del sistema educativo el desarrollo integral del alumnado, incluyendo no solo el aprendizaje académico, sino también su crecimiento personal y social. Además, hace referencia a la necesidad de fomentar el respeto, la resolución pacífica de conflictos y la prevención de cualquier forma de violencia en el ámbito escolar. Esto sitúa la prevención del acoso como una responsabilidad de los centros y no como una actuación puntual ante un problema concreto.

Respecto a la etapa de Educación Primaria, el Real Decreto 157/2022, que establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la etapa, señala la importancia de desarrollar en el alumnado competencias personales y sociales que están vinculadas a la convivencia, la participación responsable y el respeto hacia los demás. Esto refuerza la idea de que trabajar la

empatía, las habilidades sociales y la conciencia grupal no es algo añadido al currículo, sino que forma parte de los objetivos propios de la etapa.

Asimismo, los centros educativos deben contar con un Plan de Convivencia que incluya medidas preventivas y protocolos de actuación ante posibles situaciones de acoso. Este marco normativo subraya que el bienestar del alumnado y la construcción de un clima seguro forman parte del funcionamiento habitual del centro.

Dentro de este marco, la tutoría adquiere un papel bastante relevante. La normativa reconoce este espacio como un momento destinado al acompañamiento personal y al desarrollo integral del alumnado. Más allá de su función organizativa, la tutoría ofrece un tiempo en el que pueden trabajarse aspectos relacionados con la convivencia, la educación emocional y la reflexión grupal. Es por eso que integrar la prevención del acoso en este espacio resulta coherente con lo que plantea la legislación educativa y permite desarrollar una intervención ajustada a la realidad del aula.

En definitiva, el programa de actuación específico propuesto se alinea con los principios recogidos en la legislación educativa actual, al promover una convivencia basada en el respeto, la prevención de conflictos y el desarrollo integral del alumnado desde el primer ciclo de Educación Primaria.

## **Contextualización del centro educativo**

La propuesta de intervención que se plantea en este trabajo se sitúa en un centro educativo concertado ubicado en un barrio residencial de la ciudad de Madrid. Se trata de un centro que escolariza alumnado desde Educación Infantil hasta Bachillerato. El colegio cuenta con varias líneas por curso y con una comunidad educativa amplia, formada por alumnado, profesorado y familias que participan activamente en la vida del centro.

En el caso de este trabajo, la intervención se dirige a alumnado del primer ciclo de Educación Primaria. En esta etapa comienzan a consolidarse muchas de las relaciones sociales dentro del aula. Los alumnos empiezan a formar amistades más estables, a buscar su lugar dentro del grupo y a construir una imagen de sí mismos en relación con los demás.

El centro dispone de distintas iniciativas orientadas a cuidar la convivencia escolar, como el Plan de Convivencia y el trabajo coordinado con el equipo de orientación. Estas

herramientas permiten abordar posibles dificultades en las relaciones entre iguales y promover un clima de respeto dentro del centro. Sin embargo, además de intervenir cuando surge un problema concreto, también resulta importante trabajar la convivencia desde una perspectiva preventiva.

Dentro de la organización del centro, la tutoría constituye un espacio adecuado para este tipo de trabajo. Las sesiones de tutoría permiten generar momentos en los que el alumnado puede parar, hablar y reflexionar sobre cómo se están relacionando entre ellos. A través de distintas actividades, los niños pueden aprender a reconocer emociones, ponerse en el lugar del otro y tomar conciencia del impacto que tienen sus palabras y acciones en los demás.

En los primeros cursos de Primaria, muchas dinámicas de relación todavía se están formando. A veces pueden aparecer pequeñas burlas, exclusiones o comentarios que parecen poco importantes, pero que con el tiempo pueden acabar influyendo en la forma en que los alumnos se relacionan entre sí. Por eso, trabajar estos aspectos desde el inicio resulta clave para favorecer un clima de aula basado en el respeto y la empatía.

Además, cada vez se reconoce más la importancia del papel que tienen los compañeros que presencian estas situaciones. Las reacciones del grupo, ya sea mediante la risa, el silencio o el apoyo, pueden influir en que determinadas conductas continúen o, por el contrario, se frenen. Por eso, ayudar al alumnado a tomar conciencia de este papel resulta importante en estas edades, cuando el grupo comienza a tener un peso importante en la vida escolar.

A partir de esta realidad educativa, se plantea el desarrollo de un programa de actuación específico dirigido al primer ciclo de Educación Primaria, orientado a trabajar la prevención del acoso escolar y la promoción del buen trato dentro del espacio de tutoría. La propuesta se basa en una metodología organizada en distintos bloques de trabajo que permiten abordar de forma progresiva aspectos relacionados con la educación emocional, la convivencia, la reflexión grupal y el papel que desempeñan los compañeros en las relaciones de convivencia.

## **Plan de actuación específico**

Este apartado presenta el diseño del programa de intervención propuesto, dirigido al alumnado del primer ciclo de Educación Primaria. El programa se desarrolla dentro del espacio de tutoría y plantea una metodología de trabajo organizada en distintos bloques que permiten

abordar de manera progresiva la prevención del acoso escolar y la promoción del buen trato dentro del aula.

La propuesta parte de la idea de que la convivencia no se trabaja únicamente cuando aparece un conflicto, sino que necesita espacios continuados de reflexión, participación y aprendizaje dentro de la vida cotidiana del grupo. Por ello, el programa combina actividades relacionadas con la educación emocional, dinámicas participativas, representación de situaciones cotidianas y espacios de diálogo grupal adaptados a la edad del alumnado.

A lo largo de las distintas sesiones se busca favorecer que los alumnos puedan reconocer emociones, comprender cómo determinadas conductas afectan a los demás y reflexionar sobre el papel que desempeñan dentro del grupo cuando presencian situaciones de exclusión, burla o maltrato entre iguales. De esta manera, la propuesta no se centra únicamente en identificar conductas negativas, sino también en promover formas de relación basadas en el respeto, la empatía y la responsabilidad compartida.

Además, el programa pretende ofrecer al profesorado una estructura clara y fácilmente aplicable dentro del aula. Muchas veces los docentes cuentan con poco tiempo o con pocas herramientas concretas para trabajar la convivencia de forma continuada. Por eso, la intervención se organiza en bloques y actividades sencillas que pueden integrarse en las sesiones de tutoría sin romper la organización habitual del aula.

En conjunto, el programa se plantea como una propuesta preventiva, estructurada y adaptable al contexto escolar, orientada a fortalecer la convivencia y el bienestar emocional del alumnado desde los primeros cursos de Educación Primaria.

## **5.1 Objetivos del programa**

Objetivo general:

Favorecer la prevención del acoso escolar y la promoción del buen trato en el primer ciclo de Educación Primaria mediante una intervención educativa que promueva la empatía, la reflexión sobre las relaciones entre iguales y la toma de conciencia del papel que tiene el grupo ante situaciones de exclusión o maltrato.

Objetivos específicos:

- Ayudar al alumnado a identificar situaciones de exclusión o comportamientos que puedan resultar dañinos dentro del grupo.
- Favorecer el reconocimiento y la expresión adecuada de las emociones propias y ajenas.
- Fomentar la empatía y la capacidad de ponerse en el lugar del otro.
- Promover la reflexión sobre el papel que tienen los compañeros que presencian situaciones de conflicto o exclusión.
- Desarrollar habilidades básicas de comunicación, diálogo y resolución pacífica de conflictos.
- Favorecer actitudes de respeto, apoyo y responsabilidad dentro del grupo.
- Ofrecer al profesorado una estructura organizada y fácilmente aplicable para trabajar la convivencia desde una perspectiva preventiva.
- Contribuir a la construcción de un clima de aula positivo y seguro basado en el buen trato.

## **5.2 Detección de necesidades**

La propuesta de intervención que se plantea en este trabajo parte de la necesidad de abordar la convivencia escolar desde una perspectiva preventiva en los primeros cursos de Educación Primaria. En estas edades, muchas de las dinámicas de relación entre iguales todavía se están construyendo, lo que convierte este momento en una oportunidad clave para trabajar aspectos como la empatía, el respeto y la forma en que los alumnos se relacionan entre sí.

En el contexto del aula, es habitual que aparezcan situaciones que, a simple vista, pueden parecer poco relevantes, como comentarios, bromas o juegos en los que algunos alumnos quedan fuera. Sin embargo, cuando estas conductas se repiten y no se cuestionan, pueden acabar influyendo en la manera en que el grupo se relaciona y en el clima de convivencia.

Además, no siempre se presta suficiente atención al papel que tienen los compañeros que presencian estas situaciones. El alumnado que observa puede reforzar determinadas conductas a través de la risa o el silencio, pero también puede contribuir a frenarlas mostrando apoyo o pidiendo ayuda. Por eso, resulta necesario trabajar esta dimensión de forma explícita, ayudando a los alumnos a tomar conciencia de que su reacción también tiene un impacto en lo que ocurre dentro del grupo.

Por otro lado, aunque los centros educativos cuentan con planes de convivencia y protocolos de actuación, estos suelen centrarse en intervenir cuando el problema ya está presente. Esto hace necesario complementar estas medidas con propuestas educativas que permitan trabajar la prevención de forma estructurada y continuada dentro del aula.

En la práctica, muchas veces los docentes no cuentan con suficiente tiempo, recursos o propuestas organizadas para trabajar estos temas de manera continuada dentro de la tutoría. Por ello, se considera importante ofrecer una metodología clara y fácilmente aplicable que facilite trabajar la convivencia de forma práctica y progresiva.

A partir de estas necesidades, se plantea el diseño de un programa de actuación específico organizado en distintos bloques de trabajo. La finalidad es abordar la educación emocional, la reflexión grupal y las habilidades de convivencia desde una perspectiva participativa y preventiva.

### **5.3 Equipo profesional implicado**

Para llevar a cabo este programa, es importante que exista cierta coordinación entre las personas del centro que participan en la intervención. Aunque las actividades se desarrollan principalmente en tutoría, no se trata de que el tutor trabaje solo, sino de que cuente con una organización previa y con el apoyo del equipo de orientación. De esta manera, el trabajo sobre convivencia y buen trato puede mantenerse de forma más clara y coherente.

El tutor o tutora será la persona que lleve a cabo las actividades con el alumnado, ya que es quien comparte el día a día con el grupo y conoce mejor cómo se relacionan los niños dentro del aula. Esto le permite detectar pequeñas dinámicas, comentarios o situaciones que pueden pasar desapercibidas y aprovechar las sesiones para abrir espacios de diálogo y reflexión.

El equipo de orientación tendrá un papel de apoyo en la preparación y seguimiento del programa. Antes de comenzar cada bloque, el orientador u orientadora se reunirá brevemente con el tutor para revisar las actividades, resolver dudas y ofrecer pautas sobre cómo abordar algunos temas que puedan surgir en el aula. Esta coordinación también ayuda a optimizar el tiempo del profesorado, ya que las sesiones llegan más organizadas y con una estructura clara para poder aplicarlas con mayor facilidad.

El resto del equipo docente también puede aportar al programa desde la observación del día a día. Aunque no sean quienes desarrollen directamente las sesiones, sí pueden reforzar en otros momentos las ideas trabajadas en tutoría, como el respeto, la escucha, la empatía o la importancia de pedir ayuda. Esto ayuda a que el programa no se quede solo en una sesión concreta, sino que tenga más continuidad en la vida diaria del aula.

En cuanto a las familias, no se plantea una intervención directa con ellas, pero sí se considera importante que estén informadas del trabajo que se está realizando. De esta manera, pueden conocer qué aspectos se están trabajando en tutoría y reforzar desde casa mensajes relacionados con el respeto, la convivencia y el buen trato.

#### **5.4 Metodología**

La metodología del programa se basa en una intervención activa, participativa y adaptada al alumnado del primer ciclo de Educación Primaria. El objetivo será que los niños no reciban únicamente explicaciones sobre la convivencia o el acoso escolar, sino que puedan participar, expresar lo que piensan, reflexionar sobre situaciones cotidianas y poner en práctica distintas formas de actuar dentro del grupo.

Las sesiones combinarán dinámicas grupales, actividades cooperativas, role-playing, conversación guiada y momentos de reflexión individual y compartida. A través de estas propuestas, el alumnado podrá trabajar aspectos relacionados con la educación emocional, la empatía, la resolución pacífica de conflictos y el papel que tienen los compañeros cuando presencian situaciones de exclusión o maltrato.

La propuesta parte de la idea de que el aprendizaje sobre convivencia debe ser cercano y conectado con la realidad diaria del alumnado. Por ello, se utilizarán ejemplos y situaciones cotidianas adaptadas a su edad, permitiendo que los niños puedan relacionar lo trabajado en tutoría con experiencias que viven dentro del aula o en otros espacios del centro.

Además, el programa toma como referencia algunos aspectos presentes en modelos de educación emocional como RULER, especialmente en lo relacionado con reconocer, comprender, expresar y regular emociones dentro del contexto educativo (Brackett et al., 2012). Esto permite trabajar con el alumnado la identificación de emociones propias y ajenas, así como la búsqueda de formas más adecuadas de responder ante determinadas situaciones o conflictos.

El tutor o tutora tendrá un papel de guía durante las sesiones. Su función será acompañar el diálogo, plantear preguntas y favorecer la participación del alumnado, ayudando al grupo a construir reflexiones y conclusiones de manera conjunta.

En todo momento se buscará generar un clima seguro y respetuoso dentro del aula, donde los alumnos puedan participar y expresarse sin sentirse juzgados. Esto resulta especialmente importante al trabajar temas relacionados con la convivencia, ya que pueden surgir emociones, experiencias o situaciones personales que requieren ser abordadas con sensibilidad y cuidado.

### **5.5 Medidas de atención a la diversidad**

El programa se plantea teniendo en cuenta que dentro del aula no todos los alumnos participan, aprenden o se expresan de la misma manera. Por eso, las actividades están pensadas para poder adaptarse a las características del grupo y favorecer que todo el alumnado pueda implicarse de alguna forma.

Al ser una propuesta basada en dinámicas grupales, diálogo, actividades visuales y participación, se busca ofrecer diferentes formas de intervenir. Algunos alumnos podrán expresarse oralmente, otros mediante dibujos, tarjetas, ejemplos o pequeñas aportaciones dentro del grupo. La idea no es que todos participen exactamente igual, sino que cada alumno pueda hacerlo desde sus posibilidades.

Además, se utilizarán recursos sencillos y visuales, como tarjetas de emociones, imágenes, carteles o fichas breves, que ayuden a comprender mejor las situaciones trabajadas. Este tipo de apoyo resulta especialmente útil en el primer ciclo de Primaria, donde muchas veces los niños necesitan ver, representar o manipular ideas para poder entenderlas mejor.

En el caso de que haya alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo, las actividades podrán ajustarse modificando los tiempos, la forma de participar o la complejidad de algunas tareas. Para ello, será importante la coordinación entre el tutor y el equipo de orientación, de manera que las sesiones puedan adaptarse sin que el alumno quede apartado de la dinámica del grupo.

Por último, el propio enfoque del programa ayuda a trabajar la inclusión dentro del aula, ya que muchas actividades se centran en la empatía, la escucha, el respeto por las diferencias y

la importancia de cuidar las relaciones entre compañeros. De esta manera, la atención a la diversidad no se entiende solo como una adaptación de actividades, sino también como parte del clima de convivencia que se quiere construir.

### **5.6 Temporalización y fases del programa**

El programa se plantea para desarrollarse a lo largo de un trimestre escolar dentro del espacio de tutoría. La intervención se organiza en doce semanas consecutivas, con una sesión semanal aproximada de una hora de duración. Esta distribución permite trabajar la convivencia y el buen trato de forma continuada, en lugar de hacerlo únicamente de manera puntual, y permite que el alumnado tenga espacios estables de reflexión, participación y aprendizaje dentro del aula.

La propuesta se divide en tres bloques de trabajo organizados de manera progresiva. Cada bloque aborda un aspecto diferente relacionado con la convivencia escolar y el bienestar emocional del alumnado, aunque todos se encuentran conectados entre sí.

El primer bloque, correspondiente a las semanas iniciales del programa, se centra en la educación emocional. En estas sesiones se trabajará principalmente el reconocimiento de emociones, la empatía, la identificación de cómo determinadas conductas afectan a los demás y la expresión adecuada de sentimientos dentro del grupo.

El segundo bloque se orienta al trabajo mediante dinámicas participativas y actividades de role-playing. A través de la representación de situaciones cotidianas relacionadas con la convivencia escolar, el alumnado podrá reflexionar sobre distintas formas de actuar ante situaciones de exclusión, conflicto o maltrato entre iguales. Este bloque busca que el alumnado participe de manera más activa y pueda analizar estas situaciones desde diferentes puntos de vista.

Finalmente, el tercer bloque se centra en el diálogo grupal y la reflexión compartida sobre la convivencia dentro del aula. En estas sesiones se promoverán espacios de conversación guiada donde el alumnado pueda expresar opiniones, compartir experiencias y buscar de manera conjunta formas de mejorar la convivencia, basadas en el respeto, el buen trato y la resolución pacífica de conflictos.

La organización por bloques permite trabajar los contenidos de manera progresiva, comenzando por el reconocimiento emocional, continuando con la participación activa en situaciones prácticas y finalizando con espacios de reflexión conjunta sobre lo aprendido durante el programa.

### 5.7 Actividades y desarrollo de los bloques

El programa se organiza en tres bloques de trabajo que se desarrollan a lo largo del trimestre dentro del espacio de tutoría. Cada bloque incluye actividades orientadas a trabajar distintos aspectos relacionados con la educación emocional, la convivencia y la prevención del acoso escolar.

Las propuestas combinan dinámicas grupales, representación de situaciones cotidianas, espacios de diálogo y actividades de reflexión adaptadas a la edad del alumnado. A través de estas sesiones, se busca que los alumnos puedan participar de manera activa, expresar ideas y reflexionar sobre cómo se relacionan dentro del grupo.

A continuación, se presenta el desarrollo de cada uno de los bloques y las actividades planteadas para cada sesión.

Bloque	Objetivos	Metodología/ dinámica general	Sesiones
<b>Bloque A: Educación emocional</b>	Favorecer el reconocimiento y la expresión de emociones, trabajar la empatía, identificar cómo determinadas acciones afectan emocionalmente a los demás y crear un clima de confianza y participación.	Dinámicas grupales, conversación guiada, juegos emocionales, recursos visuales y pequeñas actividades cooperativas adaptadas a la edad del alumnado.	1. Identificación y reconocimiento de emociones básicas. 2. Comprender cómo se sienten los demás y trabajar la empatía. 3. Situaciones cotidianas que generan malestar dentro del grupo. 4. Estrategias básicas para expresar emociones y resolver pequeños conflictos.
<b>Bloque B: Role- playing y convivencia escolar</b>	Reflexionar sobre situaciones de convivencia escolar, identificar cómo	Role-playing, representación de situaciones cotidianas, trabajo	1. Representación de situaciones cotidianas relacionadas con la

	determinadas conductas afectan a los demás, trabajar el papel del observador, favorecer la empatía y desarrollar formas adecuadas de actuar ante situaciones injustas.	cooperativo y reflexión grupal guiada para analizar emociones, reacciones y posibles formas de actuación.	exclusión dentro del grupo. 2. El papel de los compañeros que observan una situación injusta. 3. Diferentes formas de actuar ante un conflicto o situación de burla. 4. Role-playing grupal y reflexión compartida sobre la convivencia.
<b>Bloque C: Diálogo grupal y reflexión compartida</b>	Favorecer espacios de diálogo y reflexión, promover la participación activa y la escucha, reforzar el respeto, la empatía y el buen trato, y construir estrategias para mejorar la convivencia.	Diálogo grupal, conversación guiada, reflexión compartida, escucha activa y construcción conjunta de propuestas para llevar lo aprendido al día a día del aula.	1. Hablar sobre cómo nos sentimos dentro del grupo. 2. Reflexión sobre el respeto, el buen trato y la convivencia. 3. ¿Qué podemos hacer cuando vemos una situación injusta? 4. Construcción conjunta de acuerdos para cuidar la convivencia dentro del aula.

La organización del programa en tres bloques responde a una secuencia progresiva. En primer lugar, se trabaja la educación emocional con el objetivo de que el alumnado pueda reconocer y expresar emociones, comprender cómo se sienten los demás y desarrollar una base emocional que facilite el trabajo posterior sobre la convivencia. Este primer bloque también guarda relación con algunas competencias trabajadas en modelos de educación emocional como RULER, especialmente el reconocimiento, la comprensión y la expresión de las emociones (Brackett et al., 2012).

A continuación, el segundo bloque introduce actividades de role-playing y análisis de situaciones cotidianas. Esta estrategia permite que los alumnos ensayen distintas formas de respuesta ante situaciones sociales y emocionales en un contexto seguro, favoreciendo la toma de perspectiva, la empatía, la resolución de problemas y la regulación de la conducta. Además, el uso de actividades activas, como el juego, la representación de situaciones y el role-playing,

aparece en distintos programas de aprendizaje socioemocional orientados al desarrollo de habilidades sociales, autorregulación y resolución de conflictos en edades tempranas (Durlak et al., 2011; Aksoy & Gresham, 2024).

Finalmente, el tercer bloque se centra en el diálogo grupal y la reflexión compartida, favoreciendo que el alumnado pueda trasladar lo aprendido a situaciones reales del aula y participar en la construcción conjunta de acuerdos relacionados con el respeto, el buen trato y la convivencia.

El desarrollo detallado de cada sesión, junto con los materiales, agrupamientos, espacios y explicación de las actividades, se recoge en los Anexos 1, 2 y 3.

## **5.8 Recursos**

Para llevar a cabo el programa será necesario contar con distintos recursos materiales, personales y organizativos que permitan desarrollar las actividades dentro del espacio de tutoría

Respecto a los recursos personales, la propuesta contará principalmente con la participación del tutor o tutora del grupo y con el apoyo del equipo de orientación, que colaborará en la organización y seguimiento de los distintos bloques del programa.

En cuanto a los recursos materiales, se utilizarán recursos sencillos y fácilmente accesibles dentro del contexto escolar, como tarjetas emocionales, imágenes, fichas de trabajo, recursos visuales, material de papelería y situaciones escritas adaptadas a la edad del alumnado para las actividades de role-playing y reflexión grupal

Asimismo, el aula ordinaria será el espacio principal donde se desarrollarán las sesiones, ya que se busca que las actividades formen parte de la dinámica habitual de tutoría y puedan integrarse fácilmente dentro de la organización del centro.

Por último, en cuanto a los recursos organizativos, será importante contar con una planificación previa de las sesiones y una coordinación básica entre el tutor y el equipo de orientación, de manera que las actividades puedan adaptarse a las características y necesidades del grupo cuando sea necesario.

## **5.9 Evaluación del programa**

La evaluación del programa se plantea como un proceso continuo, no solo como algo que se realiza al final. La idea es observar cómo participa el alumnado, cómo evoluciona el grupo y si aparecen cambios en la forma en que los alumnos se relacionan entre sí durante la intervención.

Antes de comenzar el programa, se realizará una evaluación inicial para conocer mejor algunas dinámicas del grupo y detectar posibles necesidades relacionadas con la convivencia. Para ello, se podrán utilizar herramientas sencillas como la observación del aula, una conversación previa con el tutor o tutora y un sociograma inicial y final adaptado a la edad del alumnado, elaborado tomando como referencia propuestas sociométricas utilizadas en herramientas como Sociescuela. Esto permitirá obtener una primera imagen de las relaciones dentro del grupo, del nivel de integración del alumnado y de posibles situaciones de aislamiento o vulnerabilidad social que puedan ser relevantes para el desarrollo del programa (Anexo 4).

También se podrá utilizar una actividad inicial y final relacionada con la educación emocional, con el objetivo de observar si existen avances en aspectos como el reconocimiento de emociones, la empatía o la forma de actuar ante pequeños conflictos. No se trata de hacer una evaluación compleja, sino de contar con información que ayude a ver si el programa está teniendo sentido para el grupo (Anexo 5).

Durante el desarrollo de las sesiones, la evaluación tendrá un carácter formativo. Además de observar la participación general del grupo, el tutor o tutora podrá realizar un seguimiento específico del alumnado identificado como vulnerable a partir del sociograma inicial y de la observación del aula. Este registro se utilizará únicamente con el alumnado que pueda presentar mayor vulnerabilidad social dentro del grupo, como baja integración, aislamiento o menor participación en las dinámicas del aula. Su finalidad será valorar la evolución de estos alumnos durante la aplicación del programa, especialmente en aspectos relacionados con la participación, la integración, el apoyo recibido y el bienestar dentro del grupo (Anexo 6).

Al finalizar el programa, se realizará una evaluación final para valorar el desarrollo general de la propuesta y los posibles cambios observados en la convivencia. Para ello, podrán compararse los sociogramas iniciales y finales, junto con las observaciones recogidas durante

las sesiones y las valoraciones finales del tutor, del equipo de orientación y del propio alumnado.

Además de valorar la evolución del alumnado, también será importante evaluar el propio programa. En este sentido, el tutor o tutora y el equipo de orientación podrán recoger información sobre la utilidad de las actividades, la participación del grupo, las dificultades encontradas y los aspectos que podrían mejorarse en futuras aplicaciones (Anexo 7).

Asimismo, al finalizar la intervención, el alumnado podrá realizar una breve valoración del programa. Este instrumento permitirá recoger su percepción sobre las actividades realizadas, el interés que les han generado y la utilidad que consideran que han tenido para mejorar la convivencia dentro del aula. De esta manera, se incorpora también la voz de los propios alumnos en la valoración final de la propuesta (Anexo 8).

En definitiva, la evaluación no busca únicamente medir resultados, sino comprender cómo evoluciona el grupo a lo largo del programa y cómo las actividades pueden ayudar a mejorar la convivencia y el bienestar dentro del aula.

## **Reflexión personal**

La realización de este Trabajo de Fin de Máster ha sido un proceso mucho más largo y complejo de lo que imaginaba al principio. Aunque desde el inicio tenía claro que quería trabajar sobre la prevención del acoso escolar y la convivencia en Educación Primaria, la idea inicial del trabajo era bastante diferente a la propuesta final que aparece en este TFM.

En un primer momento, mi intención era crear un cuento educativo que sirviera como herramienta principal para trabajar la prevención del acoso escolar dentro del aula. Me gustaba mucho la idea de utilizar personajes e historias para acercar estas situaciones al alumnado de una forma más cercana y adaptada a su edad. Sin embargo, a medida que fui avanzando en el trabajo, me di cuenta de que desarrollar un cuento completo junto con toda la fundamentación teórica, las actividades y la propuesta de intervención requería muchísimo tiempo.

Fue entonces cuando, gracias a las orientaciones de mi tutor, empecé a replantearme el enfoque del trabajo. Poco a poco fui entendiendo que la idea principal seguía estando ahí, aunque el formato cambiara. A partir de eso comenzó a surgir la propuesta actual, centrada en

un programa de actividades desarrollado desde la tutoría y organizado en torno a la educación emocional, el role-playing y el diálogo grupal.

Sinceramente, creo que este cambio terminó haciendo que el trabajo fuera mucho más práctico y realista. Durante la elaboración de las actividades intenté pensar constantemente en un aula real, en niños reales y en situaciones que realmente pueden aparecer dentro de un grupo de primer ciclo de Primaria. Por eso, muchas de las dinámicas están planteadas desde ejemplos cotidianos, actividades visuales, conversación grupal o juegos sencillos. Más que hacer actividades muy teóricas, lo que buscaba era crear propuestas que pudieran tener sentido dentro del día a día del aula.

Una de las cosas sobre las que más he reflexionado durante este proceso ha sido la importancia de trabajar la convivencia antes de que aparezcan situaciones graves. Muchas veces parece que el acoso escolar solo se trabaja cuando el problema ya existe, pero durante la realización de este trabajo me di cuenta de que antes de llegar a esas situaciones suelen aparecer pequeños gestos, comentarios, exclusiones o dinámicas dentro del grupo que poco a poco van afectando a la convivencia.

Precisamente por eso, uno de los aspectos más importantes de la propuesta ha sido el papel de los observadores y del grupo. Desde el inicio del trabajo me interesaba mucho trabajar esta idea, porque muchas veces las situaciones de exclusión continúan no solo por quien inicia la conducta, sino también por el silencio del grupo o por no saber cómo intervenir. A través de las actividades, la intención no era únicamente que el alumnado identificara conductas negativas, sino que pudiera reflexionar sobre cómo las acciones de los compañeros también influyen en el bienestar de una persona dentro del aula.

Además, este trabajo también me hizo pensar mucho sobre el papel que tiene la tutoría dentro de los centros educativos. En muchas ocasiones, siento que la tutoría queda en un segundo plano o se utiliza para aspectos más organizativos, cuando en realidad puede ser un espacio muy importante para trabajar la convivencia, las emociones y las relaciones entre iguales. Por eso, gran parte de la propuesta está pensada para desarrollarse desde ese espacio, utilizando actividades sencillas, participativas y adaptadas a la edad del alumnado.

A nivel personal, también siento que este TFM me ha ayudado a conectar muchos de los aprendizajes del máster con una mirada mucho más práctica. Durante el proceso tuve que cambiar ideas, reorganizar actividades, buscar formas de que todo tuviera coherencia y adaptar

muchas partes para que realmente encajaran entre sí. Hubo momentos en los que el trabajo resultó bastante más complicado de lo que esperaba, sobre todo por todo el tiempo que requiere diseñar una propuesta completa, pero al mismo tiempo creo que fue una oportunidad importante para aprender a construir materiales más realistas y aplicables al contexto educativo.

Aunque la propuesta no ha podido aplicarse de manera real dentro de un aula, considero que sí refleja una forma concreta de entender la convivencia escolar. Para mí, trabajar la convivencia no debería limitarse únicamente a intervenir cuando aparece un problema, sino formar parte del día a día del aula y de las relaciones entre los alumnos. Creo que pequeñas actividades, espacios de diálogo y momentos de reflexión también pueden ayudar a construir aulas más seguras, respetuosas y cuidadas para todos los niños.

## **Aserciones finales**

A partir del trabajo realizado, se pueden plantear las siguientes aserciones finales.

- La prevención del acoso escolar debe trabajarse desde edades tempranas, antes de que las situaciones de maltrato lleguen a consolidarse dentro del grupo.
- La convivencia no se construye solo cuando aparece un conflicto, sino también en los pequeños momentos del día a día del aula.
- La educación emocional ayuda a que el alumnado pueda entender mejor lo que siente, comprender a los demás y relacionarse de una forma más respetuosa.
- La tutoría puede ser un espacio muy valioso para trabajar la convivencia, siempre que cuente con una estructura clara y actividades adaptadas a la edad del alumnado.
- El papel de los compañeros que observan una situación injusta es fundamental, ya que sus reacciones pueden ayudar a mantenerla o a frenarla.
- Muchas conductas que parecen pequeñas, como comentarios, silencios o exclusiones, pueden influir mucho en cómo se siente un niño dentro del grupo.
- Las actividades cercanas a la realidad del alumnado ayudan a que los niños comprendan mejor muchas situaciones relacionadas con la convivencia.
- El diálogo grupal permite que el alumnado pueda expresar ideas, escuchar a sus compañeros y reflexionar juntos sobre cómo mejorar la convivencia dentro del aula.
- La prevención del acoso no debe centrarse solo en evitar conductas negativas, sino también en promover el buen trato, la empatía y la responsabilidad compartida.

- El profesorado necesita propuestas sencillas y realistas que puedan trabajarse fácilmente dentro del aula.
- El trabajo sobre convivencia debe mantenerse en el tiempo para que no quede reducido a una actividad puntual o aislada.
- En conjunto, esta propuesta busca ofrecer una manera práctica y cercana de trabajar la prevención del acoso escolar desde la tutoría, dando importancia a las emociones, la convivencia y el papel del grupo.

## Referencias

Aksoy, P., & Gresham, F. M. (2024). Evidence-based social-emotional learning intervention programs for preschool children: An important key to development and learning. *International Journal of Psychology and Educational Studies*, 11(3), 201–217.

Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, 21(1), 7–43.

Brackett, M. A., Rivers, S. E., Reyes, M. R., & Salovey, P. (2012). Enhancing academic performance and social and emotional competence with the RULER Feeling Words Curriculum. *Learning and Individual Differences*, 22(2), 218–224. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2010.10.002>

Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development*, 82(1), 405–432. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x>

España. Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria. *Boletín Oficial del Estado*, 52, de 2 de marzo de 2022. <https://www.boe.es/eli/es/rd/2022/03/01/157>

Fundación Mutua Madrileña, & Fundación ANAR. (2024). *VI Informe de prevención del acoso escolar en centros educativos: La opinión de los estudiantes*. Fundación Mutua Madrileña y Fundación ANAR. <https://www.fundacionmutua.es/documents/informe-de-prevencion-del-acosos-escolar-en-centros-educativos-2024>

Garaigordobil, M., & Oñederra, J. A. (2010). *La violencia entre iguales: Revisión teórica y estrategias de intervención*. Pirámide.

Hellström, L., Thornberg, R., & Espelage, D. L. (2021). Definitions of bullying. In P. K. Smith & J. O. Norman (Eds.), *The Wiley Blackwell handbook of bullying: A comprehensive and international review of research and intervention* (pp. 3–21). Wiley Blackwell. <https://doi.org/10.1002/9781118482650.ch1>

España. Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. *Boletín Oficial del Estado*, 340, de 30 de diciembre de 2020. <https://www.boe.es/eli/es/lo/2020/12/29/3>

Midgett, A., & Dumas, D. M. (2019). Witnessing bullying at school: The association between being a bystander and anxiety and depressive symptoms. *School Mental Health*, 11(3), 454–463. <https://doi.org/10.1007/s12310-019-09312-6>

O'Higgins Norman, J., Berger, C., Cross, D., Payne, E., Søndergaard, D. M., Yoneyama, S., Donoghue, C., Espelage, D., Smith, P., Zych, I., Liu, Y. F., Cappa, C., Loftsson, M., & Warg, F. (2024). *School bullying: An inclusive definition*. DCU Anti-Bullying Centre, Dublin City University. <https://friends.se/uploads/sites/2/2024/08/Bullying-An-Inclusive-definition-UNESCO-WABF.pdf>

Olweus, D. (1993). *Bullying at school: What we know and what we can do*. Blackwell Publishing.

Ortega-Ruiz, R. (2010). *Agresividad injustificada, bullying y violencia escolar*. Alianza Editorial.

Salmivalli, C. (2010). Bullying and the peer group: A review. *Aggression and Violent Behavior*, 15(2), 112–120. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2009.08.007>

Salmivalli, C., Kärnä, A., & Poskiparta, E. (2011). Counteracting bullying in Finland: The KiVa program and its effects on different forms of being bullied. *International Journal of Behavioral Development*, 35(5), 405–411. <https://doi.org/10.1177/0165025411407457>

Save the Children. (2016). *Yo a eso no juego: Bullying y ciberbullying en la infancia*. Save the Children España.

Smith, P. K., Mahdavi, J., Carvalho, M., Fisher, S., Russell, S., & Tippett, N. (2008). Cyberbullying: Its nature and impact in secondary school pupils. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 49(4), 376–385. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2007.01846.x>

Ttofi, M. M., & Farrington, D. P. (2011). Effectiveness of school-based programs to reduce bullying: A systematic and meta-analytic review. *Journal of Experimental Criminology*, 7(1), 27–56. <https://doi.org/10.1007/s11292-010-9109-1>

UNESCO. (2019). *Behind the numbers: Ending school violence and bullying*. United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000366483>

UNESCO. (2023, December 4). *Definir el acoso en la escuela y sus implicaciones para la educación, los docentes y los educandos*. <https://www.unesco.org/es/articles/definir-el-acoso-en-la-escuela-y-sus-implicaciones-para-la-educacion-los-docentes-y-los-educandos>

## Anexos

### Anexo 1.

#### Bloque A: Educación emocional

Sesión 1: Identificación y reconocimiento de emociones básicas	
Aspecto	Desarrollo
Objetivo de la sesión	Ayudar al alumnado a reconocer emociones básicas y relacionarlas con situaciones que pueden vivir en el colegio.
Duración	45 min
Materiales	Tarjetas emocionales, imágenes de situaciones cotidianas, pizarra, cartulina, rotuladores o pinturas.
Agrupamiento	Grupo entero e individual.
Espacio	Aula ordinaria
Desarrollo de la sesión	<p>La sesión empezará con una conversación sencilla sobre las emociones. El tutor o tutora puede preguntar al grupo qué emociones conocen, cuándo suelen sentirse así y cómo notan esas emociones en el cuerpo. Después, se mostrarán tarjetas con emociones básicas, como alegría, tristeza, enfado, miedo, sorpresa o vergüenza, y los alumnos tendrán que decir qué emoción ven y qué pistas les ayudan a reconocerla.</p> <p>A continuación, se presentarán situaciones cercanas a su día a día en el colegio, por ejemplo: “la profesora enseña mi dibujo a toda la clase”, “nadie quiere sentarse conmigo”, “se enfadan conmigo por equivocarme” o “hablan cuando estoy tratando de explicar algo”. Entre todos, irán pensando cómo podría sentirse la persona en cada situación y por qué.</p> <p>Después, cada alumno dibujará una emoción que haya sentido alguna vez en el colegio. Puede ser una emoción agradable o desagradable. Si algún alumno quiere compartirlo con el grupo, podrá hacerlo, pero</p>

	<p>no será obligatorio.</p> <p>Para cerrar la sesión, cada niño colocará una pegatina o marca en un panel emocional para indicar cómo se ha sentido durante la actividad. El tutor o tutora terminará recordando que todas las emociones son válidas y que aprender a reconocerlas ayuda también a entender mejor cómo se sienten los demás.</p>
--	--

Sesión 2: Comprender cómo se sienten los demás y trabajar la empatía	
Aspecto	Desarrollo
Objetivo de la sesión	Comprender cómo pueden sentirse los demás en distintas situaciones y favorecer la empatía dentro del grupo.
Duración	45 min
Materiales	Tarjetas con situaciones cotidianas, imágenes, fichas breves, folios y colores o rotuladores.
Agrupamiento	Grupo entero, parejas e individual.
Espacio	Aula ordinaria
Desarrollo de la sesión	<p>La sesión comenzará recordando brevemente las emociones trabajadas en la sesión anterior. Después, el tutor o tutora explicará que no todas las personas sienten lo mismo en las mismas situaciones y que muchas veces es importante intentar comprender cómo puede sentirse el otro.</p> <p>A continuación, se presentarán distintas situaciones relacionadas con el entorno escolar, por ejemplo: “nadie escucha la idea de un compañero en un trabajo grupal”, “un compañero rompe sin querer el material de otro”, “un niño ayuda a otro con una tarea” o “una alumna se pone nerviosa al leer en voz alta”. Entre todos, los alumnos irán comentando cómo creen que podría sentirse cada personaje y por qué.</p>

	<p>Después, por parejas, el alumnado elegirá una de las situaciones trabajadas y realizará un pequeño dibujo o escribirá una acción que podría ayudar al compañero a sentirse mejor. La idea de esta actividad es que los alumnos empiecen a pensar en determinadas acciones de apoyo, ayuda o acompañamiento dentro del grupo.</p> <p>Para finalizar, algunas parejas compartirán sus ideas con el resto de la clase y se realizará una breve conversación grupal sobre la importancia de ponerse en el lugar de los demás y pensar cómo nuestras acciones pueden influir en cómo se siente otra persona.</p>
--	--

Sesión 3: Situaciones cotidianas que generen malestar dentro del grupo	
Aspecto	Desarrollo
Objetivo de la sesión	Identificar situaciones cotidianas que pueden generar malestar dentro del grupo y reflexionar sobre cómo determinadas acciones pueden afectar a los demás.
Duración	45 min
Materiales	Cartulinas, post-its, rotuladores, imágenes de situaciones escolares y tarjetas de acciones.
Agrupamiento	Grupo entero y pequeños grupos.
Espacio	Aula ordinaria
Desarrollo de la sesión	<p>La sesión comenzará con una conversación guiada sobre situaciones que pueden hacer sentir mal a alguien dentro del aula o el recreo. El tutor o tutora irá anotando en la pizarra ejemplos que vaya diciendo el alumnado, como que no dejen terminar de hablar, esconder el material de un compañero, hacer comentarios desagradables sobre el trabajo de alguien o ignorar la opinión de otro compañero.</p> <p>Después, el alumnado se dividirá en pequeños grupos. Cada grupo recibirá</p>

	<p>distintas tarjetas con acciones o situaciones cotidianas relacionadas con la convivencia escolar. Los alumnos tendrán que clasificar cuáles ayudan a que una persona se sienta bien dentro del grupo y cuáles pueden generar malestar o hacer daño a otra persona.</p> <p>A continuación, entre todos, se realizará una puesta en común reflexionando sobre cómo acciones del día a día pueden afectar emocionalmente a los demás, incluso cuando no existe intención de hacer daño.</p> <p>Durante la actividad, el tutor o tutora irá introduciendo también el papel de los compañeros que observan estas situaciones, ayudando al alumnado a pensar cómo el silencio, la risa o el apoyo pueden influir en lo que ocurre dentro del grupo.</p> <p>Para finalizar, cada grupo escribirá en una cartulina una pequeña acción que consideran importante para ayudar a crear un mejor ambiente dentro del aula.</p>
--	---

Sesión 4 Estrategias básicas para expresar emociones y resolver pequeños conflictos	
Aspecto	Desarrollo
Objetivo de la sesión	Integrar lo trabajado durante el bloque y favorecer estrategias básicas para expresar emociones y resolver pequeños conflictos de manera respetuosa dentro del grupo.
Duración	45 min
Materiales	Semáforo emocional, tarjetas con situaciones cotidianas, cartulinas, rotuladores y tarjetas de estrategias emocionales
Agrupamiento	Grupo entero, parejas y pequeños grupos.
Espacio	Aula ordinaria
Desarrollo de la sesión	La sesión comenzará recordando algunas de las emociones y situaciones trabajadas durante las sesiones anteriores. El tutor o tutora preguntará al grupo qué cosas ayudan

a que una persona se sienta mejor cuando está triste, enfadada o frustrada, retomando así ideas relacionadas con la empatía, la convivencia y el papel de los compañeros dentro del grupo.

Después, se presentará el “semáforo emocional” como una herramienta sencilla para ayudar a parar y pensar antes de actuar cuando aparece una emoción intensa o un conflicto. El color rojo representará el momento de detenerse; el amarillo servirá para pensar qué está ocurriendo, cómo se sienten las personas implicadas y qué puede estar provocando esa situación; y el verde ayudará a buscar una forma adecuada de actuar o resolver el problema.

A continuación, en pequeños grupos, el alumnado recibirá distintas situaciones cotidianas relacionadas con conflictos simples entre compañeros, como enfadarse por perder un juego, quedarse fuera de una actividad o responder mal cuando algo molesta. Junto con cada situación, recibirán tarjetas con diferentes estrategias emocionales y conductas posibles. Los alumnos tendrán que decidir cuáles pueden ayudar a resolver mejor la situación y cuáles podrían empeorarla.

Después de elegir las estrategias más adecuadas, cada grupo pensará también una forma respetuosa de expresar lo que siente el personaje en esa situación. Por ejemplo: “me he sentido mal cuando se han reído”, “estoy enfadado porque no me dejaron jugar” o “no me gustó lo que pasó”. El objetivo es ayudar al alumnado a expresar emociones de manera adecuada sin recurrir al grito, la burla o la agresividad.

Por último, cada grupo elaborará una pequeña cartulina con algunas de las estrategias que consideran más útiles para cuidar la convivencia dentro del aula. La sesión finalizará con un breve diálogo sobre la importancia de reconocer emociones, pensar antes de actuar y buscar formas

	respetuosas de expresar lo que sentimos dentro del grupo.
--	---

## Anexo 2.

### Bloque B: Role-playing y convivencia escolar

Sesión 1: Representación de situaciones cotidianas relacionadas con la exclusión dentro del grupo.	
Aspecto	Desarrollo
Objetivos de la sesión	Representar situaciones cotidianas relacionadas con la exclusión dentro del grupo y reflexionar sobre cómo pueden sentirse las personas implicadas
Duración	45 min
Materiales	Tarjetas con situaciones cotidianas, tarjetas de roles, cartulinas, rotuladores y tarjetas emocionales.
Agrupamiento	Grupo entero y pequeños grupos.
Espacio	Aula ordinaria
Desarrollo de la sesión	<p>La sesión comenzará con una breve conversación sobre situaciones que pueden hacer que una persona se sienta apartada o excluida dentro del grupo. El tutor o tutora recordará algunas de las ideas trabajadas en el bloque anterior, especialmente la importancia de reconocer emociones y pensar cómo pueden sentirse los demás en determinadas situaciones.</p> <p>Después, se explicará al alumnado que durante esta sesión trabajarán mediante pequeñas representaciones o role-playing. En pequeños grupos, los alumnos recibirán tarjetas con distintas situaciones cotidianas relacionadas con la convivencia escolar, por ejemplo: “siempre deciden las mismas personas en los trabajos en grupo”, “un compañero cambia de sitio cuando otro se sienta a su lado” o “nadie quiere escuchar la idea de un compañero durante una actividad”.</p>

	<p>Además, cada alumno recibirá una tarjeta de rol para saber qué personaje representará dentro de la escena.</p> <p>Tras cada representación, el resto del alumnado utilizará tarjetas emocionales para identificar cómo creen que se sintieron los distintos personajes durante la situación. A partir de ahí, el tutor o tutora guiará una pequeña reflexión con preguntas como: “¿Qué hizo el grupo?”, “¿Alguien podría haber ayudado?” o “¿Qué se podría haber hecho de otra manera?”. La idea no es buscar culpables, sino ayudar al alumnado a observar cómo cosas del día a día como reacciones del grupo pueden influir en cómo se siente una persona dentro de la clase.</p> <p>Después de cada representación, los grupos escribirán en una cartulina una idea o acción que podría ayudar a mejorar la situación trabajada. Durante toda la actividad, el tutor o tutora irá reforzando especialmente el papel de los compañeros que observan estas situaciones, ayudando al alumnado a reflexionar sobre cómo el apoyo, la ayuda o incluso el silencio pueden influir en lo que ocurre dentro del grupo.</p> <p>La sesión finalizará con una breve reflexión conjunta sobre la importancia de incluir, escuchar y cuidar a los compañeros dentro del aula y del recreo.</p>
--	---

Sesión 2: El papel de los compañeros que observan una situación injusta	
Aspecto	Desarrollo
Objetivo de la sesión	Reflexionar sobre el papel de los compañeros que observan una situación injusta y comprender cómo las reacciones del grupo pueden influir en lo que ocurre dentro del aula.
Duración	45 min
Materiales	Tarjetas con situaciones cotidianas, tarjetas

	de roles, tarjetas emocionales, cartulinas, post-its y rotuladores.
Agrupamiento	Grupo entero y pequeños grupos.
Espacio	Aula ordinaria
Desarrollo de la sesión	<p>La sesión comenzará con una breve conversación sobre qué suele hacer el grupo cuando ocurre una situación injusta dentro del aula o el recreo. El tutor o tutora irá guiando el diálogo con preguntas sencillas como: “¿Qué pasa cuando alguien se ríe de un compañero?”, “¿Qué hacen normalmente los demás?” o “¿Creéis que quedarse callado también influye en la situación?”. Con esta actividad se busca ayudar al alumnado a empezar a pensar en el papel que tienen los compañeros que observan lo que ocurre.</p> <p>Después, el alumnado trabajará mediante pequeñas representaciones o role-playing. Cada grupo recibirá una situación relacionada con la convivencia escolar, por ejemplo: “varios compañeros ignoran a otro durante un trabajo grupal”, “un alumno intenta participar y varios compañeros lo interrumpen” o “un grupo decide las normas del juego sin dejar opinar a todos”. Además, cada alumno recibirá una tarjeta de rol donde aparecerán distintos papeles dentro de la escena: compañero excluido, compañeros que observan, compañeros que se ríen o compañeros que ayudan.</p> <p>Cada situación se representará dos veces. En la primera representación, los observadores actuarán de manera pasiva, sin intervenir o reforzando la situación mediante la risa o el silencio. Después, el grupo volverá a representar la misma escena, pero esta vez pensando qué pequeñas acciones podrían ayudar a cambiar lo que ocurre, por ejemplo: acompañar al compañero, invitarlo a participar, pedir ayuda o decir que la situación no está bien.</p> <p>Tras cada representación, el resto del alumnado utilizará tarjetas emocionales para identificar cómo creen que se sintieron los</p>

	<p>distintos personajes en cada una de las escenas. A partir de ahí, el tutor o tutora guiará una puesta en común sobre cómo cambió la situación dependiendo de la reacción del grupo y qué papel tuvieron los compañeros que observaban lo que ocurría.</p> <p>Para finalizar, cada alumno escribirá en un post-it una pequeña acción que cree que podría hacer si presencia una situación injusta dentro del colegio. Todos los mensajes se colocarán en una cartulina común que quedará visible dentro del aula como recordatorio grupal. La sesión cerrará reforzando la idea de que determinadas acciones del grupo también pueden ayudar a cuidar la convivencia y hacer que una persona se sienta acompañada y segura dentro de la clase.</p>
--	--

Sesión 3: Diferentes formas de actuar ante un conflicto o situación de burla	
Aspecto	Desarrollo
Objetivo de la sesión	Reflexionar sobre distintas formas de actuar ante un conflicto o situación de burla y analizar cómo determinadas respuestas pueden ayudar o empeorar la convivencia dentro del grupo.
Duración	45 min
Materiales	Video breve relacionado con convivencia escolar, proyector o pizarra digital, tarjetas emocionales, cartulinas y rotuladores.
Agrupamiento	Grupo entero, pequeños grupos y parejas.
Espacio	Aula ordinaria
Desarrollo de la sesión	La sesión comenzará visualizando un video breve adaptado a la edad del alumnado en el que aparezca una situación cotidiana relacionada con la exclusión, una burla o un conflicto entre compañeros. La idea será que los alumnos puedan observar no solo lo que ocurre entre los personajes principales, sino también cómo reaccionan las personas que

	<p>están alrededor.</p> <p>Después del video, el tutor o tutora guiará una conversación grupal con preguntas sencillas como: “¿Qué estaba pasando?”, “¿Cómo creéis que se sentía cada personaje?”, “¿Qué hicieron los demás compañeros?” o “¿Alguien podría haber ayudado de otra manera?”. Durante esta parte, el alumnado utilizará tarjetas emocionales para identificar las emociones que creen que aparecen en la escena.</p> <p>A continuación, en pequeños grupos, los alumnos pensarán diferentes formas de actuar ante la situación observada en el video. Cada grupo preparará una pequeña representación mostrando una posible respuesta que ayude a mejorar la convivencia o resolver el conflicto de manera más respetuosa.</p> <p>Después de cada representación, el resto del grupo reflexionará sobre cómo cambió la situación dependiendo de las acciones de los compañeros y qué respuestas ayudaron más a que la persona afectada se sintiera acompañada o escuchada.</p> <p>Para finalizar, cada grupo escribirá en una cartulina una idea o acción que consideran importante para mejorar la convivencia cuando aparece un conflicto o una situación de burla dentro del aula. El tutor o tutora cerrará la sesión reforzando la importancia de pensar cómo nuestras acciones y reacciones pueden influir en los demás y en el ambiente del grupo.</p>
--	---

Sesión 4: Role-playing grupal y reflexión compartida sobre la convivencia escolar	
Aspecto	Desarrollo
Objetivos de la sesión	Integrar lo trabajado durante el bloque mediante una dinámica grupal de role-playing y reflexión compartida sobre la convivencia dentro del aula

Duración	45 min
Materiales	Cartulina grande, post-its, rotuladores, tarjetas de emociones y tarjetas relacionadas con la convivencia.
Agrupamiento	Grupo entero, pequeños grupos e individual.
Espacio	Aula ordinaria
Desarrollo de la sesión	<p>La sesión comenzará con una breve conversación sobre las actividades y situaciones trabajadas durante el bloque. El tutor o tutora preguntará al alumnado qué cosas creen que ayudan a que una clase se sienta segura, respetuosa y agradable para todos.</p> <p>Después, se dividirá al alumnado en pequeños grupos. Cada grupo recibirá tarjetas con diferentes acciones relacionadas con la convivencia, algunas positivas y otras negativas, por ejemplo: “preguntar la opinión de todos”, “hacer comentarios para molestar”, “acompañar a un compañero nuevo”, “ignorar las ideas de otro compañero”, “respetar los turnos durante una actividad” o “hablar mal de alguien cuando no está”. Los alumnos tendrán que clasificar cuáles ayudan a cuidar la convivencia y cuáles pueden hacer sentir mal a otra persona.</p> <p>A continuación, cada grupo elegirá algunas de las acciones positivas trabajadas y preparará una pequeña representación mostrando cómo les gustaría que fueran las relaciones dentro del aula o el recreo. La idea de esta actividad no será centrarse en el conflicto, sino representar formas positivas de relacionarse dentro del grupo.</p> <p>Después de las representaciones, se realizará una reflexión conjunta sobre cómo estas acciones pueden influir en el ambiente de la clase y ayudar a que todos se sientan incluidos y respetados. Durante esta parte, el tutor o tutora reforzará especialmente la importancia del papel de los compañeros y de cómo el grupo también puede contribuir a mejorar la convivencia.</p>

	<p>Para finalizar, cada alumno escribirá en un post-it una pequeña acción o compromiso que considere importante para cuidar la convivencia dentro del aula. Todos los mensajes se colocarán en una cartulina grupal titulada “Así queremos cuidarnos en nuestra clase”, que podrá mantenerse visible dentro del aula como cierre del bloque.</p>
--	--

### Anexo 3.

#### Bloque C: Diálogo grupal y reflexión compartida

Sesión 1: Hablar sobre cómo nos sentimos dentro del grupo	
Aspecto	Desarrollo
Objetivo de la sesión	Favorecer que el alumnado pueda expresar cómo se siente dentro del grupo y reflexionar sobre aquellas situaciones que les ayudan a sentirse bien o mal dentro del aula.
Duración	45 min
Materiales	Silueta grande de una figura humana en cartulina, post-its de colores, tarjetas emocionales, rotuladores y panel emocional.
Agrupamiento	Grupo entero, pequeños grupos e individual.
Espacio	Aula ordinaria
Desarrollo de la sesión	<p>La sesión comenzará con una breve dinámica emocional para ayudar al alumnado a conectar con cómo se siente dentro del grupo. El tutor o tutora colocará en diferentes partes del aula varias tarjetas emocionales y pedirá a los alumnos que se acerquen a aquella emoción con la que más se identifiquen ese día dentro de la clase. Después, algunos alumnos podrán explicar voluntariamente por qué eligieron esa emoción.</p> <p>A continuación, el tutor o tutora presentará una silueta grande colocada en la pared o en el suelo bajo el título “¿Cómo nos sentimos dentro de nuestra clase?”. Cada alumno recibirá varios post-its de colores. En uno de</p>

	<p>ellos escribirán o dibujarán una situación que les hace sentirse bien dentro del grupo, por ejemplo: “cuando me dejan participar”, “cuando me ayudan” o “cuando me escuchan”. En otro post-it podrán escribir o dibujar alguna situación que puede hacer sentir mal a una persona dentro de la clase, como quedarse fuera de un juego, que hablen mal de alguien delante de otros o que no quieran trabajar contigo.</p> <p>Después, en pequeños grupos, los alumnos compartirán algunas de las ideas que han escrito y buscarán similitudes entre las distintas situaciones. La intención es que puedan darse cuenta de que muchas veces acciones cotidianas tienen un impacto importante en cómo se sienten los compañeros dentro del aula.</p> <p>Posteriormente, se realizará una puesta en común guiada por el tutor o tutora, quien irá organizando las ideas más repetidas alrededor de la silueta para construir entre todos una especie de “mapa emocional del grupo”. Durante esta parte se reforzará especialmente la importancia de escuchar, incluir y cuidar cómo tratamos a los demás dentro de la clase.</p> <p>La sesión finalizará con un breve diálogo sobre cómo pequeñas acciones del día a día pueden ayudar a que una persona se sienta más segura, acompañada y respetada dentro del grupo.</p>
--	--

Sesión 2: Reflexión sobre el respeto, el buen trato y la convivencia	
Aspecto	Desarrollo
Objetivos de la sesión	Reflexionar sobre la importancia del respeto, el buen trato y las determinadas acciones que ayudan a cuidar la convivencia dentro del grupo.
Duración	45 min

Materiales	Tarjetas con acciones relacionadas con la convivencia, cartulinas, pegatinas de colores, rotuladores y cinta adhesiva.
Agrupamiento	Grupo entero, pequeños grupos y parejas.
Espacio	Aula ordinaria
Desarrollo de la sesión	<p>La sesión comenzará con una dinámica llamada “El termómetro de la convivencia”. El tutor o tutora colocará en diferentes partes del aula tres carteles: “Ayuda a la convivencia”, “Depende de cómo se haga” y “Dificulta la convivencia”. Después, irá mostrando distintas tarjetas relacionadas con situaciones cotidianas dentro del aula, por ejemplo: “interrumpir cuando alguien habla”, “hacer un comentario sobre el trabajo de un compañero”, “esperar turno”, “hablar muy fuerte mientras otros trabajan”, “pedir las cosas gritando” o “dar las gracias cuando alguien ayuda”. El alumnado tendrá que desplazarse hacia el cartel que considere más adecuado según cómo creen que esa acción puede influir en el ambiente del grupo.</p> <p>Después de cada ejemplo, se abrirá una pequeña conversación guiada donde los alumnos podrán explicar por qué eligieron ese lugar y cómo creen que determinadas acciones pueden afectar a la convivencia, incluso cuando parecen cosas pequeñas del día a día.</p> <p>A continuación, en pequeños grupos, el alumnado elaborará una cartulina dividida en dos partes: “Acciones que ayudan a que la clase se sienta bien” y “Acciones que dificultan la convivencia”. Cada grupo recibirá tarjetas con diferentes comportamientos cotidianos y tendrá que clasificarlos y comentar por qué creen que pueden influir positiva o negativamente dentro del aula.</p> <p>Después, cada grupo compartirá algunas de las ideas trabajadas y entre todos construirán una reflexión conjunta sobre qué tipo de ambiente quieren tener dentro de la clase y cómo determinadas acciones pueden ayudar</p>

	<p>a conseguirlo.</p> <p>La sesión finalizará con una breve dinámica individual donde cada alumno escribirá en una pegatina una acción relacionada con el respeto o el buen trato que le gustaría intentar poner más en práctica dentro del aula durante las próximas semanas. Las pegatinas podrán colocarse en un mural grupal visible dentro de la clase.</p>
--	--

Sesión 3: ¿Qué podemos hacer cuando vemos una situación injusta?	
Aspecto	Desarrollo
Objetivo de la sesión	Reflexionar sobre diferentes formas de actuar cuando presenciamos una situación injusta y favorecer respuestas de apoyo y cuidado dentro del grupo.
Duración	45 min
Materiales	Tarjetas con situaciones cotidianas, semáforo de decisiones, tarjetas de posibles respuestas, cartulinas, rotuladores y pegatinas de colores.
Agrupamiento	Grupo entero, pequeños grupos e individual
Espacio	Aula ordinaria.
Desarrollo de la sesión	<p>La sesión comenzará con una breve dinámica llamada “¿Qué harías tú?”. El tutor o tutora irá leyendo distintas situaciones relacionadas con injusticias cotidianas dentro del colegio, por ejemplo: “un compañero rompe el trabajo de otro y nadie dice nada”, “varios niños hablan mal de un compañero mientras él no está” o “alguien siempre decide los juegos y no deja opinar a los demás”. Después de cada situación, el alumnado tendrá unos segundos para pensar qué haría si estuviera allí.</p> <p>A continuación, se presentará un “semáforo de decisiones” dividido en tres partes: rojo (“acciones que empeoran la situación”), amarillo (“acciones que no ayudan pero tampoco solucionan”) y verde (“acciones que pueden ayudar”). En pequeños grupos, los</p>

	<p>alumnos recibirán tarjetas con distintas formas de reaccionar ante las situaciones trabajadas, por ejemplo: “hacer como si no pasara nada”, “irse sin decir nada”, “pedir ayuda a un adulto”, “preguntar si necesita ayuda” o “decir que eso no está bien”. Cada grupo tendrá que colocar las tarjetas en el color que considere más adecuado y explicar por qué.</p> <p>Después, se realizará una puesta en común donde el tutor o tutora irá guiando la reflexión sobre cómo pequeñas decisiones pueden influir mucho en cómo se siente una persona dentro del grupo y en cómo evoluciona una situación injusta.</p> <p>A continuación, cada alumno elegirá una de las acciones positivas trabajadas durante la actividad y elaborará una pequeña pegatina o símbolo relacionado con esa idea. Todas las propuestas se colocarán en una cartulina grupal titulada “Pequeñas acciones que ayudan”, que podrá mantenerse visible dentro del aula.</p> <p>La sesión finalizará con una breve conversación grupal sobre la importancia de no normalizar situaciones injustas y de pensar cómo cada persona puede contribuir, aunque sea con acciones pequeñas, a cuidar la convivencia dentro del grupo.</p>
--	---

Sesión 4: Construcción conjunta de acuerdos para cuidar la convivencia dentro del aula	
Aspecto	Desarrollo
Objetivos de la sesión	Cerrar el programa a través de una reflexión compartida sobre la convivencia y la elaboración de acuerdos sencillos para cuidar el respeto, el buen trato y las relaciones dentro del grupo.
Duración	45 min

Materiales	Caja o buzón decorado, tarjetas o papeles pequeños, cartulina grande, rotuladores, pegatinas de colores, huellas de papel o recortes con forma de manos.
Agrupamiento	Grupo entero, pequeños grupos e individual.
Espacio	Aula
Desarrollo de la sesión	<p>La sesión comenzará con una breve reflexión sobre todo lo trabajado a lo largo del programa. El tutor o tutora preguntará al alumnado qué actividades recuerdan más, qué cosas creen que han aprendido sobre las emociones, la convivencia o el papel de los compañeros y qué ideas consideran importantes para cuidar mejor al grupo.</p> <p>Después, se presentará una dinámica llamada “La caja de las cosas que ayudan a cuidar nuestra clase”. Cada alumno recibirá una tarjeta pequeña donde escribirá o dibujará una acción, actitud o comportamiento que considere importante para que una persona se sienta bien, respetada y segura dentro del aula. Las tarjetas se introducirán dentro de una caja o buzón colocado en el centro de la clase.</p> <p>A continuación, el tutor o tutora irá sacando algunas de las tarjetas de manera aleatoria y las leerá en voz alta. A partir de estas ideas, se realizará una conversación grupal para construir entre todos pequeños acuerdos relacionados con la convivencia, por ejemplo: cuidar las palabras que usamos, preguntar antes de apartar a alguien de una actividad, reparar cuando hemos hecho sentir mal a un compañero o avisar a un adulto si una situación no mejora.</p> <p>Después, en pequeños grupos, el alumnado elaborará una parte de un mural conjunto titulado “Así queremos cuidarnos en nuestra clase”. Cada alumno escribirá o dibujará en una huella o mano de papel una acción o compromiso relacionado con el buen trato y la convivencia. Después, todas las huellas se colocarán alrededor del mural grupal como símbolo de que todos forman parte del</p>

	<p>cuidado de la clase.</p> <p>Una vez terminado el mural, todos los grupos unirán las diferentes partes para construir un único mural común que podrá permanecer visible dentro del aula como cierre del programa. El tutor o tutora reforzará especialmente la idea de que la convivencia se construye entre todos y que ciertas acciones cotidianas pueden ayudar a que una persona se sienta acompañada, escuchada y respetada dentro del grupo.</p> <p>La sesión finalizará con una pequeña dinámica grupal donde cada alumno colocará una pegatina junto a la acción o compromiso que considera más importante para cuidar la convivencia dentro de la clase. Como cierre final, el tutor o tutora agradecerá la participación del grupo y recordará que todo lo trabajado durante el programa tiene sentido cuando se lleva también al día a día dentro del aula y del recreo.</p>
--	---

## Anexo 4. Sociograma inicial y final

# MIS COMPAÑEROS Y YO

Nombre:  Fecha:

Apellidos:

### Pregunta 1

¿Con qué compañeros te gusta trabajar o jugar?

- 
- 
- 

### Pregunta 2

¿A qué compañeros pedirías ayuda si la necesitaras?

- 
- 
- 

### Pregunta 3

¿Con quién te gustaría sentarte en clase?

- 
- 
- 

### Pregunta 4

¿Hay algún compañero que crees que a veces está más solo en clase o en el recreo?

- 
- 
- 

### Pregunta 5

Si un compañero estuviera triste o tuviera un problema, ¿A quién crees que acudiría para pedir ayuda?

- 
- 
-

## Anexo 5. Actividad inicial y final sobre educación emocional

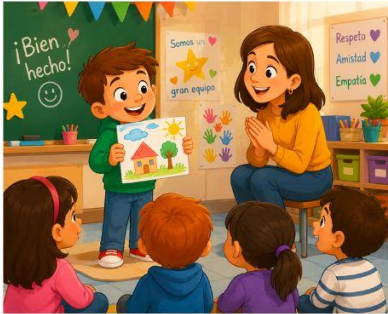
### ¿Cómo crees que se siente?

Nombre:

Fecha:

Apellidos:

Responde las siguientes preguntas:



- ¿Cómo crees que se siente?
- ¿Por qué?
- ¿Qué hacen los demás para ayudar a que se sienta así?



- ¿Cómo crees que se siente?
- ¿Por qué?
- ¿Qué podrían hacer los compañeros?



- ¿Cómo crees que se sienten?
- ¿Qué están haciendo bien?
- ¿Cómo ayuda eso a la convivencia?



- ¿Cómo crees que se siente?
- ¿Qué podría hacer el grupo?
- ¿Qué harías tu?

## Anexo 6. Registro de seguimiento del alumnado vulnerable

# REGISTRO DE PARTICIPACIÓN E INTEGRACIÓN EN EL GRUPO

NOMBRE:

CURSO:

APELLIDOS:

BLOQUE O SESIÓN OBSERVADA:

FECHA:

ASPECTO OBSERVADO	SI	A VECES	NO	OBSERVACIONES
Participa en las actividades grupales.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="text"/>
Interactúa con otros compañeros durante las actividades.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="text"/>
Es incluido/a por sus compañeros en juegos o dinámicas.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="text"/>
Se muestra cómodo/a al participar en el grupo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="text"/>
Expresa sus opiniones o ideas cuando se le da la oportunidad.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="text"/>
Solicita ayuda cuando la necesita.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="text"/>
Recibe apoyo o ayuda de otros compañeros.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="text"/>
Se observan relaciones positivas con otros compañeros.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="text"/>

## Anexo 7. Ficha de valoración del programa

### VALORACIÓN DEL PROGRAMA

TUTOR/A:

CURSO:

FECHA:

#### ASPECTO A VALORAR

MUCHO

BASTANTE

POCO

Las actividades fueron adecuadas para la edad del alumnado.

El alumnado participa activamente.

Las dinámicas favorecieron la reflexión grupal.

El programa ayudó a trabajar la convivencia.

Las actividades fueron fáciles de aplicar en tutoría

Preguntas abiertas:

- ¿Qué actividades funcionaron mejor?
- ¿Qué aspectos podrían mejorarse?
- ¿Se observaron cambios en el grupo?

## Anexo 8. Valoración del programa por parte del alumnado

### ¿QUÉ OPINAS DE LAS ACTIVIDADES QUE HEMOS HECHO?

Nombre (opcional):

Fecha:

Marca la opción que mejor refleje lo que piensas

1. Me han gustado las actividades realizadas

Si

Un poco

No



2. He aprendido cosas sobre las emociones

Si

Un poco

No



3. He aprendido formas de tratar mejor a mis compañeros

Si

Un poco

No



4. Me ha gustado participar en las actividades

Si

Un poco

No



5. Creo que estas actividades ayudan a que nos llevemos mejor en clase

Si

Un poco

No



Lo que más me gustó fue:

Algo que cambiaría sería:

Después de estas actividades me gustaría seguir aprendiendo sobre: