ESE Hospital San José de Viterbo Caldas

LINEA: SALUD MENTAL

ESTRATEGIA: ESCUCHADEROS - UN ESPACIO PARA EL CUIDADO DE LA SALUD MENTAL

Nombre del profesional: Maryuri Andrea Zapata Guarín

Profesión: Psicóloga

Fecha de ejecución: 02-09-2025

Lugar de la capacitación: Institución educativa la Milagrosa.

Hora de Inicio: 8: 00 am **Hora Final**: 9:45 am.

1. NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:

Actividad 13: Décimo Espacio de Escucha. Grado 9B
Prevención del Acoso Escolar: Espacio de Reflexión y Conciencia

2. OBJETIVO DE LA CAPACITACIÓN:

Objetivo General: Sensibilizar a los estudiantes del grado 9B sobre el acoso escolar (bullying), sus tipos, consecuencias y estrategias de prevención, promoviendo la convivencia sana, el respeto mutuo y la comunicación asertiva.

Objetivos específicos

1. Comprender qué es el acoso escolar y sus diferentes formas.
2. Reconocer situaciones de riesgo y ejemplos de acoso dentro del entorno escolar y digital.
3. Analizar las consecuencias del acoso en la víctima, el agresor y la comunidad educativa.
4. Promover estrategias de prevención, autocuidado y búsqueda de ayuda.
5. Fomentar la empatía, el respeto y la resolución pacífica de conflictos.

3. CURSO DE VIDA

ADOLESCENCIA, JUVENTUD

4. METODOLOGIA

Tipo de actividad: Conversatorio participativo con análisis de casos y ejemplos prácticos.

Desarrollo de la actividad:

1. **Bienvenida y apertura**
   - Saludo inicial y presentación de la temática.
   - Pregunta generadora:
     "¿Han presenciado o vivido alguna vez situaciones de acoso escolar? ¿Cómo se sintieron?"
   - Explicación de normas de confianza y respeto para garantizar un espacio seguro.
2. **Conversatorio – Acoso Escolar**

   Tema 1: Concepto y tipos de acoso escolar

   - Definición: Actos repetidos de intimidación, humillación o violencia entre pares, generando daño físico, psicológico o social.
   - Tipos principales:
     - **Físico:** Golpes, empujones, robos o daños a pertenencias.
     - **Verbal:** Insultos, apodos ofensivos, burlas o amenazas.
     - **Social o relacional:** Exclusión, rumores, manipulación de amistades.
     - **Cibernético:** Mensajes ofensivos, difusión de fotos/videos sin consentimiento, acoso en redes sociales.

   Tema 2: Ejemplos y casos prácticos

   - Caso 1: Un estudiante recibe constantemente burlas por su forma de hablar.
   - Caso 2: Se difunde un video comprometedor de un compañero en redes sociales.
   - Caso 3: Un grupo excluye sistemáticamente a un estudiante durante las actividades grupales.

   Tema 3: Consecuencias del acoso escolar

   - En la víctima: Ansiedad, depresión, aislamiento, bajo rendimiento académico, pérdida de autoestima.
   - En el agresor: Desarrollo de conductas antisociales, problemas de autoridad y conflictos familiares.
   - En la comunidad educativa: Clima escolar hostil, disminución de la confianza y cohesión grupal.

   Tema 4: Estrategias de prevención y acción

   - Fomentar la comunicación abierta con padres, docentes y compañeros.
   - Promover la empatía, el respeto y la inclusión en el aula.

- Conocer la ruta de atención institucional ante situaciones de acoso.
- Técnicas de autocuidado y afrontamiento emocional.

3. **Cierre y reflexión**
   - Dinámica: *"Si veo acoso, yo puedo…"*
     (Cada estudiante completa la frase con acciones de prevención o apoyo a la víctima).
   - Pregunta de cierre:
     "¿Qué podemos hacer para que nuestra escuela sea un lugar seguro y respetuoso para todos?"
   - Frase motivacional:
     "El respeto y la solidaridad construyen espacios seguros; todos somos responsables de cuidarnos."

MATERIALES

- Proyector o diapositivas con conceptos y ejemplos.
- Carteles o cartelera sobre prevención del acoso.
- Fichas o papeles para la dinámica de cierre.
- Sillas en círculo para favorecer la participación.

OBSERVACIONES

- Utilizar ejemplos adaptados a la edad y contexto de los estudiantes.
- Evitar mensajes moralizantes; priorizar reflexión y aprendizaje práctico.
- Brindar espacio para atención individual si algún estudiante desea compartir experiencias personales.
- Garantizar confidencialidad y seguimiento de cualquier situación de riesgo detectada.

Firma



_____
NOMBRE QUIEN ELABORA