

# Sociograma

*Cristina Arana Llopis, Alfonso Fabregat Rosas, César Luis Sanz de la Garza.*

## **SOCIOGRAMA (actividad inicial)**

### **Título**

¿Qué pienso del acoso?

### **Duración**

- Cuestionario: 40 minutos
- Análisis de respuestas: 30-45 min.

### **Temas**

- El acoso escolar
- Actitudes ante el acoso escolar
- Vías para buscar soluciones

### **Objetivos y temáticas de trabajo**

- Diferenciar conflictos vs. acoso escolar.
- Valorar la autoestima: parámetros sociales, respeto, tolerancia, éxito social o éxito individual.
- Revisar la relación con compañeros, profesores, y familiares.
- Trabajar las soluciones: Pedir ayuda, hablar. Conocer las realidades y cómo operan los órganos de gobierno escolar.

### **Recursos necesarios**

- Cuestionarios impresos u ordenadores para contestar online.

### **Desarrollo de la actividad**

- Informar a los alumnos del objetivo fundamental del cuestionario.
- Motivar al alumnado para que sus respuestas sean espontáneas, honestas y sinceras.
- Recordar que el cuestionario es anónimo y confidencial.
- Explicar la dinámica del cuestionario.
- Recordarles que no hay respuestas buenas o malas, tan solo es su visión de lo que se les propone.
- Análisis de las respuestas.

### **Preguntas de reflexión**

- ¿Me han sorprendido los resultados que he obtenido?
- ¿Creo que puede haber algún caso de acoso?
- ¿Están todos mis alumnos integrados en el grupo?
- ¿Saben qué es el acoso escolar/bullying?
- ¿Conocen cómo actuar en caso de acoso escolar?

## 1. Introducción

Es muy posible que ya tengamos una radiografía exacta de cómo es nuestro grupo de clase. Sin embargo, pueden surgir dudas en la relación que se ha establecido entre ellos, si existen relaciones conflictivas o, incluso, casos de acoso que todavía están pasando desapercibidos a nuestros ojos. Para lograr un mejor conocimiento del grupo y detectar posibles problemas de convivencia realizamos este cuestionario de análisis, que no es más que una herramienta de medida y diagnóstico gráfica con la que podemos obtener información sobre las relaciones que se dan de forma natural dentro de la clase en un momento determinado.

Buscamos indagar el tipo de relaciones establecidas en el aula, cómo perciben el conflicto y el entorno del centro y la integración de todos los miembros de la clase. Una vez que tengamos los resultados podemos diseñar una intervención más precisa tanto para cortar o evitar posibles casos de acoso escolar, para detectar malas relaciones o para fortalecer los vínculos establecidos entre ellos.

En la elaboración de este cuestionario hemos tenido en cuenta a aquellos alumnos que presentan algún tipo de necesidad especial, siendo cercano y comprensible.

Te ofrecemos un cuestionario, pero sabemos que en internet podrás encontrar otros que te pueden resultar útiles. Al final te ofrecemos algunos enlaces por si quieres consultarlos.

## 2. Objetivos

- Conocer el mapa de convivencia del grupo clase.
- Diferenciar conflictos vs. acoso escolar.
- Valorar la autoestima: parámetros sociales, respeto, tolerancia, éxito social o éxito individual.
- Revisar la relación con compañeros, profesores, y familiares.
- Trabajar las soluciones: Pedir ayuda, hablar. Conocer las realidades y cómo operan los órganos de gobierno escolar.

### 3. Desarrollo de la actividad

Seguro que estamos acostumbrados a aplicar cuestionarios parecidos en el aula. Por eso recordemos tan solo algunos de los elementos a tener en cuenta.

#### • Metodología.

Usa una metodología participativa de investigación que nos aporta información muy valiosa sobre las relaciones y conflictos existentes en el grupo en un momento preciso.

#### • Desarrollo de la actividad.

Es una actividad que tiene dos partes bien diferenciadas: a) la aplicación del cuestionario y b) el análisis posterior de las respuestas obtenidas.

#### a) Aplicación del cuestionario.

Tanto si hemos decidido realizar el cuestionario en papel como online es importante:

- Informar a los alumnos del objetivo fundamental del cuestionario.
- Motivar al alumnado para que sus respuestas sean espontáneas, honestas y sinceras.
- Recordar que el cuestionario es anónimo y confidencial.
- Explicar la dinámica del cuestionario: hay ocho preguntas en las que contesta eligiendo una respuesta según una escala del uno (nada de acuerdo) al cinco (totalmente de acuerdo), y cinco casos prácticos en los que deben elegir una de las opciones que se les proponen o sugerir alguna otra respuesta que ellos darían y que no está contemplada en el cuestionario.
- Recordarles que no hay respuestas buenas o malas, tan solo es su visión de lo que se les propone.
- Es muy importante que guarden silencio durante la realización del cuestionario.
- Si lo hacen en papel, una vez terminado deben entregarlo al profesor.

## b) Análisis de las respuestas obtenidas.

Una vez que tenemos las respuestas de todo el grupo es el momento de analizar las respuestas e ir proponiendo las conclusiones. Las siguientes reflexiones te pueden dar pistas para interpretarlas:

1. *Suelo dar mi opinión libremente sin cambiarla o callarme por lo que vayan a pensar los demás: si prevalecen las respuestas 1-2 nos encontramos frente a un grupo condicionado en las que posiblemente hay conflictos que es importante detectar, ponerle nombre y afrontar.*
2. *En general, me gusta como soy: analizamos la autoestima del grupo.* Una baja autoestima general es un terreno propicio para la aparición de conflictos, de acoso o de problemas relacionales. En caso de detectarla tendremos que realizar un importante trabajo a nivel grupal para que se vayan fortaleciendo.
3. *Siento que puedo confiar en uno o más amigos/as de clase:* no buscamos detectar los posibles grupos que hay en clase, pero sí detectar alumnos solos, que se sienten rechazados y dejados de lado ya que no pueden confiar en nadie.
4. *Me siento valorado/a por mis compañeros/as o amigos/as:* revisamos cómo se ve cada alumno dentro del grupo. Es una pregunta importante para reafirmar las respuestas obtenidas en las preguntas anteriores.
5. *En mi clase hay muchos conflictos (discusiones, insultos, bromas pesadas, etc.):* analizamos cómo el grupo valora el ambiente de clase. En caso de que prevalezcan las respuestas 4 y 5 es el momento de hablar con el grupo para hacer visibles todas las situaciones que ellos perciben y tratar de buscar soluciones.
6. *Siento el colegio como un espacio seguro donde puedo ser yo mismo/a (en clase, en el patio, pasillos, entrada y salida, comedor, ruta si la hay):* percepción que tienen del centro. En caso de que prevalezcan las respuestas 1 y 2 no podemos dejar pasar la oportunidad y hay que trabajar con el grupo para que concreten lo que ellos están detectando.
7. *Para tener amigos he accedido a hacer cosas que no quería hacer, pero el hecho de que los demás me busquen para eso me hace pensar que son mis amigos:* es otra pregunta clave para detectar posibles acoso o relaciones destructivas en las que tratan de aprovecharse de algún miembro de la clase. Si detectamos un solo caso no lo debemos dejar pasar por alto y que trabajar bien este tema en clase, primero detectando el caso concreto y luego intervenir de forma positiva para sanear las relaciones. Nos alertarán de ello las respuestas 4 y 5.
8. *Las relaciones sociales en clase me causan ansiedad y estrés, preferiría tener clases on-line:* cualquier manifestación de estrés o ansiedad en este caso hablan de relaciones conflictivas, dan indicios de posible acoso que tendremos que clarificar y trabajar (respuestas 4 y 5).

Terminado el análisis de las respuestas debemos examinar los casos propuestos:

9. En clase, hay un/a compañero/a que anda solo/a y has notado que hay otros/as que se ríen de él o ella. ¿Qué harías? Medimos de manera general si en nuestro grupo hay alumnos que de forma habitual ven normal ser público o miran para otro lado en casos de acoso (a.) o por el contrario tienen una postura mucho más proactiva (b.y c.)

10. Si algún compañero/a molesta, insulta o aísla a otro/a todo el rato, entonces podemos hacerle lo mismo a ella o él. ¿Qué opinas sobre esto? Al igual que en el caso anterior medimos la forma que eligen nuestros alumnos frente al conflicto. Ser público o ponerse de perfil (c.) o implicarse de forma activa frente a este tipo de casos (a y b.)

11. *M y J son muy amigas. M es una chica muy querida, con bastantes amigas dentro y fuera de clase, mientras que J es bastante tímida. M es quien decide qué van a hacer y adónde van a ir. Muchas veces se mete con J cuando dice algo, se ríe de sus gustos musicales delante de todo el grupo y se burla de su forma de vestir. La has visto hacerlo hasta que J se pone roja, se queda callada en el chat o se va.*

*¿Te parece que es una situación de acoso escolar? Es el caso clave para ver si son sensibles (a.) o no (b.) frente a cualquier caso de acoso que se de en su entorno. Puede ser una de las respuestas que más nos permita detectar su percepción del acoso entre iguales y nos de pie a profundizar en el tema.*

12. *Cuando veo que algún compañero o compañera es molestado por otros de forma habitual y se calla: nuestros alumnos están acostumbrados a escuchar qué es lo que tienen que hacer en casos de acoso, la diferencia entre avisar y chivarse, etc.*

La respuesta espontánea a este caso nos da pistas del nivel de asimilación y de la voluntad que tienen para solucionar el conflicto. Es el momento de reforzar las vías que deben seguir para hacer visible y solucionar un acoso.

13. *Ha llegado este año un compañero nuevo de otro centro que ha intentado en varias ocasiones unirse a tu grupo de amigos. Uno de tus amigos, el que manda, no quiere al nuevo en vuestro grupo porque es un friky. Todos tus amigos rechazan al nuevo, le evitan, miran para otro lado y si se acerca os piráis para otro lado.*

*¿Qué consideras que está pasando? Al igual que el tercer caso nos da la visión que ellos tienen del acoso y cómo se posicionan*

- **Temporalización.**

Hay que tener en cuenta que la actividad tiene dos partes:

- a) Aplicación del cuestionario: 20 minutos.
  - Presentación y motivación: 5 minutos.
  - Contestar el cuestionario: 15 minutos.
- b) Análisis de las respuestas: 30 - 45 minutos.

- **Recursos necesarios.**

- Cuestionarios en papel, o bien
- Ordenadores para poder contestar online.

## 4. Reflexión-Conclusión

La importancia de esta actividad radica en cómo trabajes las respuestas obtenidas en el cuestionario. No debe ser una foto fija y estática de lo que pasa en el aula: De ser una herramienta útil para detectar, trabajar, corregir, superar y fortalecer aquellos elementos que hayamos podido detectar:

- ¿Me han sorprendido los resultados que he obtenido?
- ¿Creo que puede haber algún caso de acoso?
- ¿Están todos mis alumnos integrados en el grupo?
- ¿Saben qué es el acoso escolar o bullying?
- ¿Saben cómo actuar en caso de acoso escolar?

Esas, o preguntas parecidas, te pueden ayudar a sacar el máximo partido de esta actividad.

## 5. Enlaces de interés

- <https://mediateca.educa.madrid.org/streaming.php?id=t6q8cg7lg9cl5o6h&otros=1&ext=.pdf>
- <https://www.uco.es/laecovi/img/recursos/RFUY4MDDVCZWHkm.pdf>
- [https://www.savethechildren.es/sites/default/files/imce/docs/yo\\_a\\_eso\\_no\\_juego-cuestionario.pdf](https://www.savethechildren.es/sites/default/files/imce/docs/yo_a_eso_no_juego-cuestionario.pdf)

*Este cuestionario está creado para que puedas expresar cómo te sientes contigo mismo y con tus compañeros. También para que contestes con sinceridad cómo actuarías ante determinadas situaciones en relación con tus compañeros. Es anónimo y confidencial.*

Contesta a las primeras ocho cuestiones según esta escala del 1 al 5, donde:

1	2	3	4	5
Nada de acuerdo	Algo de acuerdo	De acuerdo	Bastante de acuerdo	Totalmente de acuerdo

1-Suelo dar mi opinión libremente sin cambiarla por lo que vayan a pensar los demás.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

2-En general, me gusta como soy.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

3-Siento que puedo confiar en uno o más amigos/as de clase.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

4-Me siento valorado/a por mis compañeros/as o amigos/as.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

5-En mi clase hay muchos conflictos (discusiones, insultos, bromas pesadas, etc.)

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

6-Siento el colegio como un espacio seguro donde puedo ser yo mismo/a (en clase, en el patio, pasillos, entrada y salida, comedor, ruta si la hay).

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

7- Para tener amigos he accedido a hacer cosas que no quería hacer, pero el hecho de que los demás me busquen para eso me hace pensar que son mis amigos.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

8-Las relaciones sociales en clase me causan ansiedad y estrés, preferiría tener clases on-line.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---



**Elige una de las opciones de respuesta para cada situación:**

- *En clase, hay un/a compañero/a que anda solo/a y has notado que hay otros/as que se ríen de él o ella. ¿Qué harías?*
  - a. Nada, la verdad es que tampoco me cae muy bien y no me quiero meter en problemas.
  - b. Acercarme a él/ella, saludarle y hablar para que no se sienta tan solo/a (es lo que a mí me gustaría).
  - c. Debe de estar sufriendo bastante, quiero ayudarle pero no sé cómo acercarme.
  
- *Si algún compañero/a molesta, insulta o aísla a otro/a todo el rato, entonces podemos hacerle lo mismo a ella o él. ¿Qué opinas sobre esto?*
  - a. Creo que no debemos hacer eso porque los problemas no se solucionan así, sino que los podemos aumentar. Habría que hacerle entender que es mejor tratar bien a los demás.
  - b. Nadie tiene derecho de tratar mal a otra persona, pero quien lo hace, se merece lo mismo. Yo creo que sí podemos y debemos hacerle sentir igual.
  - c. Me parece que los compañeros no tenemos que meternos en las relaciones que tienen los demás compañeros de clase; es mejor quedarnos al margen.
  
- *M y J son muy amigas. M es una chica muy querida, con bastantes amigas dentro y fuera de clase, mientras que J es bastante tímida. M es quien decide qué van a hacer y adónde van a ir. Muchas veces se mete con J cuando dice algo, se ríe de sus gustos musicales delante de todo el grupo y se burla de su forma de vestir. La has visto hacerlo hasta que J se pone roja, se queda callada en el chat o se va. ¿Te parece que es una situación de acoso escolar?*
  - a. Sí, es acoso
  - b. No es acoso, es un problema entre amigas.

- *Cuando veo que algún compañero o compañera es molestado por otros de forma habitual y se calla:*
  - a. Se lo digo a mi tutor o a un profesor de confianza para que pueda ayudarme.
  - b. Se lo digo a mis padres, tengo más confianza con ellos que con los profesores.
  - c. No soy un/a chivato/a y no se lo digo a nadie para así no meterme en problemas.
  - d. Se lo digo a mis amigos y entre todos avisamos al tutor, a un profesor de confianza o al equipo de mediadores.
  
- *Ha llegado este año un compañero nuevo de otro centro que ha intentado en varias ocasiones unirse a tu grupo de amigos. Uno de tus amigos, el que manda, no quiere al nuevo en vuestro grupo porque es un friky. Todos tus amigos rechazan al nuevo, le evitan, miran para otro lado y si se acerca os vais para otro lado. ¿Qué consideras que está pasando?*
  - a. Sí, es un caso de acoso.
  - b. No es un caso de acoso.