

FACULTAD DE EDUCACIÓN



UNIVERSIDAD  
DE ALMERÍA

MÁSTER EN INTERVENCIÓN EN CONVIVENCIA  
ESCOLAR

TRABAJO FIN DE MÁSTER

---

**La autoestima positiva como factor protector del acoso escolar en  
el alumnado de Educación Secundaria.**

Positive self-esteem as a protective factor against bullying in  
Secondary Education students.

---

*Autor/a: Georgian Aurelian Cifor*

*Fecha convocatoria: mayo, 2022*

*Director/a: Isabel Mercader Rubio.*

## ***RESUMEN***

El bullying en las víctimas puede provocar serios problemas que puede influir de forma negativa en su desarrollo personal. Es importante matizar, que el bullying ha existido desde siempre, sin embargo en la actualidad, se ha experimentado un auge de estas conductas antisociales debido al uso de las redes sociales y las nuevas tecnologías. Este tipo de conductas se deben acabar y por ello es fundamental, como docentes, desarrollar y conocer diferentes estrategias que nos sirva para poder paliar este tipo de comportamientos y así poder favorecer en el centro educativo un clima enriquecedor y positivo de convivencia.

Con el presente estudio se busca poder realizar un análisis sobre la relación existente entre una autoestima positiva y la repercusión que esto tiene en los fenómenos de bullying, teniendo en cuenta los tres papeles que pueden darse en los supuestos de acoso escolar: espectador, víctima y acosador. Este análisis, se ha llevado a cabo gracias a una revisión bibliográfica por las diferentes bases de datos, con la finalidad de encontrar un número de artículos que se asemejen con nuestro tema de estudio, en este caso han sido ocho artículos. Una vez revisados y analizados los diferentes artículos seleccionados, se ha llegado a la conclusión de que una autoestima positiva se puede considerar como un factor protector ante los casos de bullying, ya que los individuos que presenta una autoestima alta suelen estar más seguros de sí mismo, lo que provoca que no les afecte de la misma forma. Una autoestima positiva puede ayudar a establecer relaciones interpersonales satisfactorias y positivas, y con ello, poder llegar a disminuir las conductas violentas y disruptivas, como el caso del bullying. Además, una autoestima positiva favorece que se establezcan vínculos emocionales satisfactorios entre los diferentes individuos. Por ello, una autoestima positiva es considerada un factor de protección frente al cyberbullying y el bullying. En definitiva, al analizar los artículos, se ha llegado a la conclusión de que la autoestima ejerce un papel muy importante en el desarrollo de un clima adecuado de convivencia escolar.

### **Palabras clave**

Autoestima positiva, bullying, acoso escolar, cyberbullying, convivencia escolar.

***ABSTRACT***

Bullying in victims can cause serious problems that can negatively influence their personal development. It is important to clarify that bullying has always existed, however at present, there has been a rise in these antisocial behaviors due to the use of social networks and new technologies. This type of behavior must end and for this reason it is essential, as teachers, to develop and know different strategies that help us to alleviate this type of behavior and thus be able to favor an enriching and positive climate of coexistence in the educational center.

The present study seeks to be able to carry out an analysis of the relationship between positive self-esteem and the repercussions that this has on bullying phenomena, taking into account the three roles that can occur in cases of bullying: spectator, victim and stalker. This analysis has been carried out thanks to a bibliographic review of the different databases, in order to find a number of articles that are similar to our subject of study, in this case there have been eight articles. Once the different selected articles have been reviewed and analyzed, it has been concluded that a positive self-esteem can be considered as a protective factor against cases of bullying, since individuals with high self-esteem tend to be more self-confident, which means that it does not affect them in the same way. A positive self-esteem can help establish satisfactory and positive interpersonal relationships, and with it, be able to reduce violent and disruptive behaviors, as in the case of bullying. In addition, a positive self-esteem favors the establishment of satisfactory emotional bonds between different individuals. Therefore, a positive self-esteem is considered a protective factor against cyberbullying and bullying. In short, when analyzing the articles, it has been concluded that self-esteem plays a very important role in the development of an adequate climate of school coexistence.

**keywords**

positive self esteem, bullying, cyberbullying, school life

## **ÍNDICE**

### **MARCO TEÓRICO**

<b>1.INTRODUCCIÓN.....</b>	<b>9</b>
<b>2. CAPÍTULO 1: ACOSO ESCOLAR.....</b>	<b>12</b>
2.1. Origen y definición del término “Acoso” .....	13
2.2. Bullying o acoso escolar.....	14
2.2.1. Concepto.....	14
2.2.2. Rasgos del acoso escolar.....	14
2.3. Causas del acoso escolar.....	16
2.4. Modalidades y tipos de acoso escolar.....	17
2.5. Consecuencias del acoso escolar.....	18
2.6. Ciberacoso.....	20
2.6.1. Rasgos del ciberacoso.....	21
2.6.2. Diferencia entre el ciberacoso y el acoso escolar.....	22
2.6.3. Tipos de ciberacoso.....	23
2.6.4. Herramientas utilizadas para el ciberacoso.....	25
2.6.5. Medidas para prevenir el ciberacoso.....	26
2.7. Rasgos característicos de la víctima y del agresor.....	27
2.8. Signos identificativos de acoso en la víctima.....	28
<b>3. CAPÍTULO 2: CONVIVENCIA ESCOLAR.....</b>	<b>29</b>
3.1. Introducción.....	30
3.2. Contextualización del concepto.....	31

La autoestima positiva como factor protector del acoso escolar en el alumnado de Educación Secundaria.

3.2.1. Origen del término convivencia.....	31
3.2.2. Concepto de convivencia escolar.....	32
3.3. Pilares de la convivencia escolar.....	34
3.4. Legislación sobre convivencia escolar.....	35
3.4.1. Legislación estatal.....	36
3.4.2. Legislación autonómica.....	39
3.5. Factores que intervienen en la convivencia escolar.....	41
3.6. Competencia para el aprendizaje y enseñanza de la convivencia escolar.....	44
3.7. Medidas para fomentar una buena convivencia.....	45
<b>4. CAPÍTULO 3: AUTOESTIMA.....</b>	<b>48</b>
4.1. Introducción.....	49
4.2. Evolución del concepto de Autoestima y su conceptualización.....	49
4.3. Causantes que facilitan una buena autoestima.....	52
4.4. Tipos de autoestima.....	58
4.5. Principios de la autoestima.....	59
4.6. Pilares de la autoestima.....	60
4.7. Consecuencias de la autoestima.....	62
4.7.1. Consecuencias de la autoestima negativa.....	62
4.7.2. Consecuencias de la autoestima positiva.....	64
4.8. Componentes de la autoestima.....	65

**MARCO EMPÍRICO**

<b>5. OBJETIVOS.....</b>	<b>68</b>
<b>6. METODOLOGÍA.....</b>	<b>68</b>

La autoestima positiva como factor protector del acoso escolar en el alumnado de Educación Secundaria.

6.1. Procedimiento de la búsqueda bibliográfica: descriptores, filtros, operadores.....	69
booleanos, fórmulas de búsqueda y base de datos.	
6.2. Procedimiento para la selección de la información.....	73
<b>7. RESULTADOS.....</b>	<b>80</b>
<b>8. DISCUSIÓN.....</b>	<b>89</b>
<b>9. CONCLUSIÓN.....</b>	<b>91</b>
<b>10. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....</b>	<b>94</b>

***Índice de tablas***

Tabla 1: Tipos de acoso escolar.....	17
Tabla 2: Tipos de cyberbullying.....	23
Tabla 3: Factores que intervienen en la convivencia escolar.....	42
Tabla 4: Pilares básicos que propician una saludable y correcta autoestima.....	52
Tabla 5: Beneficios de una autoestima positiva.....	56
Tabla 6: Principios o fuentes de energía para la autoestima.....	60
Tabla 7: Pilares de la autoestima.....	60
Tabla 8: Formas de manifestar una autoestima positiva.....	64
Tabla 9. Proceso de búsqueda bibliográfica en las bases de datos trabajadas.....	72
Tabla 10. Criterios de inclusión y criterios de exclusión para determinar la selección.....	74
de los artículos.	
Tabla 11. El bullying y su vínculo con la personalidad, el rendimiento .....	80
académico y la autoestima de los adolescentes.	
Tabla 12. Autoestima, empatía y conducta agresiva en adolescentes .....	81
víctimas de bullying presencial.	
Tabla 13. La influencia del bullying en la autoestima de los adolescentes.....	88
Tabla 14. Autoestima y empatía en adolescentes observadores, agresores .....	83
y víctimas del bullying en un colegio del municipio de Chía.	
Tabla 15. De la competencia emocional a la autoestima y satisfacción .....	84
vital en adolescentes.	
Tabla 16. Adolescentes víctimas de Cyberbullying: prevalencia y características.....	86
Tabla 17. El acoso escolar en educación secundaria:prevalencia y abordaje .....	87
a través de un estudio de caso.	

La autoestima positiva como factor protector del acoso escolar en el alumnado de Educación Secundaria.

Tabla 18. Análisis diferencial retrospectivo de las variables de salud mental .....88  
en lesbianas y bisexuales (LGB) víctimas del bullying homofóbico en la escuela.

***Índice de figuras***

Figura 1: Beneficios de presentar una autoestima positiva.....57  
Figura 2: Consecuencias de una autoestima negativa.....63  
Figura 3: Diagrama de flujo.....77

## 1.1. Introducción.

En la actualidad, el acoso escolar está siendo un problema muy relevante socialmente, ya que afecta a unos seres humanos vulnerables como lo son los adolescentes y niños. Tal como aparece reflejado en numerosos estudios elaborados en la primera década de los 2000, el acoso escolar afecta de primera mano a los jóvenes produciéndoles tanto daños físicos como psíquicos, como puede ser moratones, heridas, depresión o nerviosismo entre otras consecuencias.

En esta última década, en la cual los casos de acoso escolar han aumentado tanto en el número de casos como en su gravedad, por lo que ha tomado un gran interés mediático. Además también ha coincidido con un auge de un tipo de acoso escolar denominado ciberacoso, el cual se ha ido fomentando a medida del uso de las nuevas tecnologías.

El número de casos de acoso escolar se encuentra en auge, siendo una de las causas, la enorme difusión mediática de multitud de agresiones ejecutadas en los centros educativos, lo que origina una atención morbosa y una imitación de las conductas agresivas. Cuando hablamos de bullying o acoso escolar, se destaca que suelen existir múltiples causas e influyen diversos factores, de manera que no es un acontecimiento aislado.

Se considera acoso escolar o bullying al comportamiento violento que se reitera en el tiempo y que tiene importantes consecuencias en los que lo padecen o presencian. Por tanto el acoso escolar es perjudicial para todos los involucrados: el agresor, la víctima, las familias y los espectadores. (García-Montañez y Ascencio, 2015).

El presente trabajo Fin de Máster está dividido en dos partes: primeramente, el Marco Teórico, que a continuación se detallará y el marco empírico. El marco teórico se divide en tres capítulos principalmente:

En este primer capítulo denominado “Acoso escolar”, abordaremos en primer lugar, elementos como el concepto y origen de “Acoso”, después trataremos el origen, concepto, características y las causas del concepto “Acoso”, pero esta vez relacionado con el ámbito

La autoestima positiva como factor protector del acoso escolar en el alumnado de Educación Secundaria.

educativo. Igualmente también, detallaremos a los miembros involucrados que desempeñan actos violentos, a los que reciben estos actos y a los que contemplan el maltrato.

Por otro lado, trataremos los tipos de bullying que existen, haciendo especial hincapié en el ciberacoso, mostrando su origen, el concepto, sus características, causas y consecuencias. El segundo capítulo denominado Convivencia escolar y el tercer capítulo denominado autoestima.

La segunda parte de nuestro trabajo Fin de Máster, está formada principalmente por un Marco Empírico, el cual se abordará realizando una búsqueda por las distintas bases de datos, centrándonos en contrastar los artículos encontrados con la temática de nuestro estudio, dando repuestos a los objetivos que queremos plantearnos. Por lo que de esta forma, se trabajará tanto el objetivo general como los objetivos específicos que nos plantearemos, gracias a esta revisión bibliográfica.

Finalmente, cerrando el trabajo, se ha realizado una pequeña discusión, en la cuál se han comparado los resultados de los artículos con los que finalmente nos hemos quedado para analizarlos, llegando a diversas conclusiones las cuales contiene los aspectos y elementos más importantes y más característicos de este TFM, llevando a cabo en un primer momento una revisión teórica y finalmente una investigación empírica.

# MARCO TEÓRICO

# CAPÍTULO 1: ACOSO ESCOLAR

## 2.1. Origen y concepto del término “Acoso”.

Tal como aparece reflejado en el primer diccionario de la RAE (1726), se relacionaba el término acosar con lo que se “realizaba con los venados y con el toro”; por otro lado, de forma metafórica también se definía como: un acosado era una persona perseguida con “disgustos, ocupaciones, vejaciones, ahogos y miserias”. Anteriormente el verbo acosar, ya se utilizaba haciendo referencia a los animales que eran objetivos de ser cazados.

En la actualidad, el Diccionario de la Lengua Española, define el término acoso haciendo referencia al ámbito de convivencia humana como “acto y efecto de acosar”. Por otro lado, si buscamos el verbo acosar, nos encontraremos ante la siguiente definición: “perseguir, sin darle tregua ni reposo, a un animal o a una persona”.

Por lo que en definitiva, podemos definir el acoso como toda conducta, en cualquiera de sus formas de acto u omisión, ya sea de forma física o verbal, que tenga el propósito de forma prolongada de atentar contra el honor de una persona. (elaboración propia).

Es importante destacar que el acoso presenta las siguientes características, tal como aparece reflejado en el Servicio de Prevención de Riesgos Laborales elaborado por la Universidad de la Rioja (2017):

- Para que se hable de acoso, el maltrato debe ser de forma reiterada y duradero en el tiempo.
- Existe una situación de desigualdad entre la víctima y el acosador, lo que provoca que la persona acosada, en muchas ocasiones no puede defenderse y se encuentra solitaria.
- En muchas ocasiones los observadores o espectadores del maltrato, presentan una conducta pasiva de los acontecimientos violentos por temor de poder llegar a ser objeto del mismo.
- Dicho acto de acoso ocasiona un daño psicológico y/o físico en la víctima.

## 2.2. Bullying o acoso escolar.

### 2.2.1. Concepto.

En primer lugar, y viendo las confusiones que pueden generar estos conceptos, es fundamental insistir en la diferencia entre el término “acoso escolar” y el término “violencia escolar”. El acoso escolar es un término claramente definido y específico, que comparte rasgos de la violencia escolar, sin embargo, también presenta características propias.

El acoso escolar o bullying es un estilo de agresividad que se da entre compañeros y por tanto, es aquel que sucede en los centros educativos. Para mencionar este suceso existen distintos términos: bullying (del inglés bully, que quiere decir "matón"), violencia entre iguales y acoso escolar. Destacar que los conflictos en general son de menor gravedad y son más numerosos que las situaciones de violencia. El suceso de acoso escolar se da cuando un alumno/a se encuentra expuesto de forma repetitiva a maltratos por parte de uno o más alumnos, sin poder defenderse y hacer frente a la situación (Olweus, 2004).

Tal como establecen (García-Montañez y Ascencio, 2015), la violencia escolar se caracteriza por la realización de agresiones de distinta tipo como pueden ser ( verbales, físicas, psíquicas...), sin embargo a diferencia del acoso escolar, la violencia escolar no supone una desproporción de fuerza entre el acosador y la víctima. Además a diferencia del bullying, la violencia no implica una reincidencia en el tiempo de las conductas violentas.

Por otro lado, otra definición de acoso escolar sería la de (Cerezo, 2004), el cual la define como: “ *una forma de maltrato, normalmente producido de forma intencional y perjudicial, de un estudiante hacia otro compañero, generalmente más débil, al que convierte en víctima habitual; suele ser persistente, puede durar semanas , meses e incluso años.*”

### 2.2.2. Rasgos del acoso escolar.

Si nos centramos en las conjeturas de autores como (Hernández y Solano, 2007), podemos encontrar los siguientes rasgos característicos del bullying o acoso escolar:

- Se presenta una asignación de roles: siendo esencial el papel de una víctima y de un agresor como mínimo.

La autoestima positiva como factor protector del acoso escolar en el alumnado de Educación Secundaria.

- Haciendo referencia al agresor, este puede ser una única persona o varias personas agresoras que pueden actuar al unísono o de forma sectorial.
- También nos podemos encontrar con testigos, que son aquellos que no se hallan implicados directamente en la situación de maltrato, sin embargo pueden llegar a fomentar el acto agresivo o pueden contribuir a disminuirlo.
- Por último, la víctima de la agresión puede ser:
  - Víctima típica: es aquella que sirve de focos de acoso, humillaciones y vejaciones.
  - Víctima provocadora: aquella que tienen obstáculos para relacionarse con los demás. Además para resolver sus problemas, busca enfrentarse con el agresor.
  - Víctima agresora: es aquella que es víctima de otros agresores que le acosan y le intimidan, sin embargo también es agresor de otros compañeros que considera más pequeños y débiles.

Por otro lado, siguiendo a (Avilés, 2002), podemos destacar los siguientes rasgos característicos del acoso escolar:

- Para que se hable de acoso escolar, este debe ocurrir durante un largo periodo de tiempo, además se debe producir de forma reiterada y constante.
- En todo acto de acoso escolar, debe existir la presencia de una víctima a la cual, el agresor/a realiza actos agresivos.
- El acto de bullying lo pueden realizar varios agresores o solo uno.
- Por último, para que se produzca un episodio de acoso escolar, se debe producir una desigualdad de poder entre la víctima y el agresor. Siendo el agresor, el que más poder tiene, ya sea de forma física, psicológica o social.

Destacar que este último rasgo expuesto por (Avilés, 2002), también aparece reflejado por Cerezo (2001), el cuál destaca que es primordial para que se un caso de bullying, la existencia de una superioridad ya sea de forma física o psicológica de los agresores hacia las personas que sufren el acoso.

### 2.3. Causas del acoso escolar.

De acuerdo a (Enríquez y Garzón, 2015), las causas del acoso escolar son complejas y múltiples, sin embargo habitualmente los factores que lo ocasionan suelen ser:

- Familiares: dicha violencia puede proceder de la presencia de un padre agresivo y violento, lo que puede provocar que el niño imite dichos comportamientos; o también dicha violencia puede radicarse por la carencia de un padre.

Por otro lado, también las situaciones de acoso se pueden deber a las diferentes formas que emplean los padres para enmendar conductas de sus niños. Se ha demostrado que la utilización de unos métodos más rígidos puede conllevar a que sus hijos tengan una baja creatividad y nula posibilidad de tomar decisiones, lo que puede suponer que el niño/a se convierta en una persona proclive a ser víctima y se convierta en una persona rebelde (Teruel, 2007).

- Escolares: cuanto más grandioso sea el contexto educativo, se puede llegar a la conclusión de que habrá más posibilidad que ocurra sucesos de acoso ya sea como consecuencia de falta de control o de ausencia de vigilancia. Por otro lado en cuanto a la relación entre el equipo directivo y los alumnos, se puede destacar que las intimidaciones, la falta de respeto, la discriminación o el desprecio entre el profesor y los estudiantes puede conllevar a situaciones en las que predomina el clima de agresión escolar y violencia.
- Personales: suele darse el caso de que el agresor se siente superior a la víctima, además en algunas ocasiones el agresor puede contar con la ayuda de otros agresores, lo que puede suponer que las víctimas no puedan llegar a poseer las habilidades suficientes para frenar el acto de agresión o de acoso.

Por otro lado, otra de las causas del acoso escolar tal como señala (Avilés, 2006), es los medios de comunicación, destacando sobre todo la televisión, en la cual continuamente se muestran conductas violentas, las cuales los niños van adoptando en la vida real y en el contexto educativo. Estas conductas violentas se muestran de forma ficticia (películas y series) o en actos reales como pueden ser las noticias.

## 2.4. Modalidades y tipos de acoso escolar.

Tal como aparece expuesto por (Calderero, Salazar y Caballo, 2011), podemos diferenciar fundamentalmente dos modalidades de acoso escolar:

- Acoso físico: aquel que hace alusión a comportamientos agresivos directos contra las pertenencias de una persona o contra una persona física. En esta modalidad de acoso escolar la víctima se enfrenta cara a cara con el maltratador, lo que supone el fomento de acciones como empujar, pegar o la realización de daños materiales, por ejemplo al centro educativo.
- Acoso psicológico: aquel que produce en la víctima un aislamiento, ya sea dañando sus relaciones interpersonales, desvalorizándolo o humillándolo. El principal objetivo que busca el agresor, es bajar la autoestima de la víctima estimulando el temor y la sensación de inseguridad. Dicha modalidad de acoso puede fomentarse ya sea de forma verbal mediante insultos o burlas, o mediante una forma social, excluyéndolo de todo y todos, es decir, ignorando a la víctima.

Por otra parte, (Cabezas, 2012), expone que otra modalidad de acoso escolar es la realizada por los docentes a sus estudiantes, ya que algunos profesores abusan de la situación de poder que tienen respecto a sus alumnos. Dichos niños/as pueden sufrir un trato distante, escarmentos, mentiras o en el peor de los casos pueden llegar a sufrir acoso sexual por su profesor/a.

Las modalidades de bullying anteriormente citadas, pueden dar lugar a los siguientes tipos de acoso :

Tabla 1: Tipos de acoso escolar.

TIPOS DE ACOSO ESCOLAR	
Tipo de acoso	Características
	Se trata de la realización de conductas agresivas hacia la víctima ya

Acoso físico	sea contra sus pertenencias lo que provocaría un daño material o contra la víctima en sí, lo que puede provocar daños físicos a través de los empujones y golpes recibidos por parte del agresor. Otra de las características de este tipo de acoso es que se realiza cara a cara. (Calderero, Salazar y Caballo, 2011).
Acoso psicológico	El agresor busca deteriorar la autoestima de la víctima, haciéndole sentirse inferior, además de influir de forma negativa en la autopercepción de la persona afectada. (Barragán, 2017).
Acoso verbal	Tal como establece (Avilés et al., 2006), este tipo de acoso se caracteriza por la realización por parte del agresor de ofensas, apodos dañinos, difamaciones o atributos humillantes. Además para que se produzca este tipo de acoso, el acosador necesita la ayuda de una tercera persona, que le acompañe en la realización de las conductas de acoso verbal.
Acoso social	Se caracteriza tal como detalla (Barragán, 2017), por la intención del agresor de apartar a la persona victimizada del resto de compañeros/as o de sus amigos haciendo sentirse a la víctima en inferioridad.
Acoso sexual	Se caracteriza por la ejecución por parte del agresor de actos sexuales no consentidos hacia la víctima.
Ciberacoso	Seguendo a (Amemiya, Oliveros y Barrientos, 2009), el ciberacoso se caracteriza por la utilización de las Tics de una forma dañina hacia la víctima, de manera prolongada y reiterada en el tiempo.

Fuente: elaboración propia a partir de (Cabezas, 2012).

## 2.5. Consecuencias del acoso escolar.

El bullying o acoso escolar ocasiona repercusiones graves no solo para el agresor sino también para la víctima y todo su contexto, por otro lado, destacar que tanto las

La autoestima positiva como factor protector del acoso escolar en el alumnado de Educación Secundaria.

víctimas como los agresores pueden llegar a tener algún modelo de trastorno que puede afectar a su calidad de vida.

A continuación se mostrará las consecuencias más importantes que pueden llegar a producirse por el acoso escolar tanto en la víctima como en el agresor. Mencionar que las consecuencias se van a dividir atendiendo al periodo de tiempo que suceden, por lo que se dividirán en a corto plazo, a mediano plazo y a largo plazo.

Si nos centramos en las consecuencias a corto plazo, atendiendo a (Monité, 2007), la víctima puede llegar a sufrir:

- Trastornos en los procesos de concentración y aprendizaje.
- Descenso de la motivación.
- La víctima al mirarse al espejo, puede tener una visión negativa de sí mismo.
- Angustia y depresión.
- Frustración y miedo ante la negativa de los demás.
- Nula relación con sus compañeros/as.

Por otro lado si nos centramos en las consecuencia que pueden llegar a tener los agresores a corto plazo, podemos destacar que los agresores pueden volverse víctimas de sus propios actos de acoso, ya que emplean la violencia para la consecución de sus objetivos, con la consecuencia de que en un futuro puedan ser penalizados por la ley, por los actos delictivos que realizan.

Con respecto a testigos, destacar que la principal consecuencia que puede acarrear el acoso escolar, es que no sean capaces de distinguir las conductas positivas de las negativas y agresivas, lo que puede conllevar en un futuro que vayan normalizando los actos violentos.

A mediano plazo, un acoso prolongado en el tiempo, implica consecuencias negativas para la víctima como estados de ansiedad, un descenso de la autoestima, lo que puede conllevar un peor desarrollo de los aprendizajes, lo que implica un peor rendimiento académico y una peor integración en el medio escolar con sus compañeros. (Cava, Buelga, Musitu y Murgui, 2010)

Por otro lado, los efectos que presentan los agresores también se fundamentan en una bajada del rendimiento académico y además irán perdiendo paulatinamente sus relaciones

sociales, ya que sus compañeros al observar sus conductas agresivas, no estarán interesados en relaciones con ellos.

Los testigos, que presencian los hechos de acoso, también podrán sufrir consecuencia como sensación de miedo ante los hechos que presencian o una disminución de emociones como la solidaridad o la empatía.

Por último, si nos centramos en las repercusiones a largo plazo, podemos destacar que las víctimas pueden llegar a padecer a largo plazo una pérdida de la confianza en sí mismo y en sus compañeros, lo que puede provocar en futuro que sea una persona solitaria y que confíe en nadie de su alrededor.

Tal como señala (Cabezas, 2012), el acoso realizado de los profesores hacia los alumnos, puede provocar en las víctimas: trastornos de aprendizaje, ausentismo escolar y desaprobación a la educación formal, sin embargo dicha modalidad de acoso presenta el agravante de ser un tipo de acoso practicado por un persona mayor, en este caso su profesor. Dicha persona debería presentar una madurez, y tener el deber de educar y no acosar al alumnado.

Los agresores, tendrán unas consecuencias a largo plazo, caracterizadas por una desadaptación en el contexto educativo, lo que puede provocar que a largo plazo, se extrapole también en su vida como personas adultas.

## **2.6. Ciberacoso.**

Siguiendo a (Hernandez y Solano, 2007), el ciberacoso o cyberbullying puede definirse como el objetivo de utilizar las Tics por parte del agresor para hacerle daño a la víctima.

Por otro lado, el ciberacoso, también conocido como acoso electrónico, acoso cibernético o crueldad social online, puede definirse como un tipo de acoso escolar que se realiza a través de correos electrónicos, salas de chat, mensajes instantáneos (messenger),

páginas webs o a través de imágenes digitales enviadas a un teléfono móvil. (Kowalski, Limber y Agatston, 2010)

Principalmente existen dos variantes del ciberacoso, tal como establecen (Hernández y Solano, 2007) :

- Por un lado, hallamos el acoso cibernético sin referentes. Por lo que el acoso en la mayoría de ocasiones, sucede sin una causa que lo fundamente.
- Por otro lado, localizamos aquella variante del ciberacoso que sirve como reforzadora o extensor de un caso de acoso que ya se había realizado anteriormente. Dicha modalidad de cyberbullying se caracteriza porque es más sencillo encontrar a la persona responsable de acosar a la víctima, ya que en la mayoría de ocasiones corresponde con el acosador presencial. Cuando el bullying deja de ser satisfactorio o efectivo, es cuando sucede el caso de cyberbullying.

En las dos modalidades anteriormente citadas, este tipo de ciberacoso presenta claramente un carácter determinado e intencionado, y básicamente el agresor tiene el objetivo de ejercer un control sobre la víctima y producir un desajuste emocional con el fin de que existe un desequilibrio de poder entre el agresor y la víctima.

### **2.6.1. Rasgos del ciberacoso.**

Los rasgos característicos del ciberacoso son muy similares a los del acoso escolar como pueden ser el hecho de que es una conducta intencionada y premeditada, y que existe una situación de desequilibrio de poder, sin embargo el ciberacoso presenta algunos rasgos específicos. Siguiendo a (Hernández y Solano, 2007), podemos descartar los siguientes rasgos del cyberbullying:

- Cuando hablamos de cyberbullying, nos encontramos ante un tipo de acoso de forma indirecta.
- Requiere saber manipular y controlar las nuevas nuevas tecnologías de la información y la comunicación.

La autoestima positiva como factor protector del acoso escolar en el alumnado de Educación Secundaria.

- El agresor al no conocer la identidad de la persona victimizada, le proporciona una afcción de impotencia.
- Se pueden encontrar distintas herramientas o formas para realizar el acto mediante las Tics.
- La identidad del acosador es desconocida y oculta, por lo que es un tipo de acoso disimulado. La víctima sólo conocerá la identidad del agresor, si el ciberacoso se realiza cara a cara.
- El acto de acoso se propaga al instante, lo que provoca que la situación de acoso se haga pública, conllevando que miles de personas lo puedan observar.
- Los actos de ciberacoso provoca un afecto de desprotección en el ámbito familiar, ya que se invaden espacios privados y aparentemente seguros como es el domicilio familiar.
- Cuando hablamos de cyberbullying, estamos delante de un tipo de acoso difícil de frenar y de prevenir legalmente, ya que por ejemplo, si se cierra una página web, se puede abrir otra rápidamente, y así sucesivamente.

### **2.6.2. Diferencias entre el ciberacoso y el acoso escolar.**

El acoso escolar comparte algunos rasgos con el ciberacoso, como pueden ser la violencia llevada a cabo por el agresor durante un periodo de tiempo prolongado con el fin de producir tanto daños físicos como psíquicos a su víctima. No obstante, nos podemos encontrar múltiples diferencias asociadas con el medio y los rasgos por el cual se lleva a cabo la conducta agresiva. Siguiendo a (Garaigordobil y Martínez, 2014) y (Cerezo, 2012), el ciberacoso presenta las siguientes diferencias:

- a) Se puede realizar de una forma más sencilla comparándolo con el acoso escolar en sí.
- b) Alcanza un mayor número de testigos y de personas que lo observan, ya que se difunde de una forma mucho más rápida.
- c) En muchas ocasiones se realiza fuera del entorno escolar, a diferencia del bullying que se suele originar y desarrollar en el centro educativo.
- d) A la víctima le cuesta más conocer la identidad de la persona que le está acosando.
- e) Los acosadores suelen presentar un menor sentimiento de culpabilidad, ya que en el ciberacoso se suele preservar el anonimato de la persona agresora, por lo que las

## La autoestima positiva como factor protector del acoso escolar en el alumnado de Educación Secundaria.

consecuencias de sus agresiones, en la mayoría de situaciones, no pueden vivirla cara a cara, lo que les hace que no se sientan tan responsables de la situación.

- f) Los espectadores y los testigos pueden acceder al contenido en el periodo de tiempo que ellos quieran, ya que dicha información aparece colgada durante mucho tiempo.
- g) Este tipo de acoso no se limita únicamente a unas horas, días y lugares en concreto, ya que el acosador siempre está en contacto con su víctima, y siempre que quiera puede enviar algún mensaje por ejemplo, lo que supone que el acosador está realizando una invasión permanente y de forma ilimitada del sitio personal de la víctima.

### 2.6.3. Tipos de ciberacoso.

Siguiendo a (Kowalski, Limber y Agatston, 2010), nos podemos encontrar los siguientes tipos de ciberacoso:

Tabla 2: Tipos de Cyberbullying.

TIPOS DE CYBERBULLYING	
Tipo de ciberacoso	Características
Hostigamiento	El hostigamiento, en el contexto del ciberacoso, se puede definir como actos, conductas o incluso “ palabras ofensivas”, que se realiza de forma reiterada en el tiempo y que molestan a una persona, en este caso la víctima, llegando a producir desajustes emocionales. Por otro lado, el hostigamiento se diferencia de los insultos electrónicos, porque se desarrolla en un mayor plazo de tiempo, y además el hostigamiento se realiza de forma más unilateral.
Insulto electrónico	Se caracteriza por un intercambio de lenguaje acalorado y conciso entre varias personas, que se desarrolla a través de las Tics mediante mensajes sociales. Se puede desarrollar en contextos públicos, como pueden ser los foros de debate; o en contextos privados como pueden ser los e-mails. En principio las personas involucradas, suelen encontrarse en igualdad de condiciones, sin embargo una reacción agresiva inesperada de algunos de los individuos puede desequilibrar

	el poder.
Suplantación	En este tipo de ciberacoso, el acosador se hace pasar por la víctima, suplantando su identidad ya sea a través del robo de contraseñas o creando un nuevo perfil haciéndose pasar por la víctima. En dichas cuentas el agresor sube imágenes comprometidas o escribe mensajes a otras personas sin la aprobación de la víctima. Con esto, la víctima se puede sentir ofendida o humillada, lo que provocaría una bajada sustancial de su autoestima.
Denigración	La denigración, en este contexto, puede entenderse como el tratamiento de una información engañosa y despectiva de la víctima por parte del acosador. Además, el acosador cuelga dicha información engañosa en Internet, ya sea en una página web o puede llegar a compartirla con otros usuarios a través de e-mails. Un ejemplo de este tipo de ciberacoso, sería el de colgar fotografías alteradas con contenido sexual de la víctima.
Ostracismo y exclusión	El objetivo que tiene el agresor/a, en este caso, es el de excluir a la víctima de las redes sociales, lo que puede provocar en la víctima un daño emocional y un aislamiento social, ya que cualquier persona tiene la necesidad de ser aceptadas por otras personas, en este caso sus compañeros.
Sonsacamiento y desvelamiento	El agresor ejerce presión sobre la víctima con el objetivo de sonsacarle información personal y posteriormente difundirla a otros compañeros con el fin de hacerle daño a la víctima. El acosador suele enviar un mensaje o e-mail que contiene fotos comprometidas o información privada de la víctima.
Paliza feliz	Cuando hablamos de este tipo de ciberacoso, nos estamos refiriendo a un método relativamente actual, que consiste básicamente en que una persona (acosador), va andando por la calle, y de repente le proporciona un golpe a la víctima. Es importante destacar, que dicho

	acto agresivo es grabado por una tercera persona que acompaña al agresor con el objetivo de colgar el acto en las redes sociales para que lo visualicen miles de personas. Además, se caracteriza por trabajar en grupo y lo peor de todo, es que se divierten haciéndolo.
Ciberpersecución	En la ciberpersecución, el agresor utiliza las Tics con el objetivo de perseguir a la víctima con múltiples mensajes insultantes o amenazantes. A diferencia del hostigamiento, la ciberpersecución se caracteriza fundamentalmente por la realización de una serie de amenazas más que por un hostigamiento.

Fuente: elaboración propia a partir de (Kowalski, Limber y Agatston, 2010).

#### 2.6.4. Herramientas utilizadas para el ciberacoso.

Siguiendo a (Mendoza, 2012), el agresor suele utilizar las siguientes herramientas o instrumentos para realizar el acto del cyberbullying:

- Correo electrónico: se suele utilizar por dos razones fundamentales, una porque se puede mandar un e-mail a muchas personas al mismo tiempo y otra es la dificultad para averiguar realmente quién ha enviado ese correo electrónico.
- Mensajería instantánea: consiste en una conversación en tiempo real a través del uso de las Tics con otra persona, en la cual el agresor envía mensajes prohibidos o amenazantes a su víctima.
- Redes sociales online: cualquier persona puede utilizar estas redes sociales para compartir contenido personal, lo que puede provocar que los agresores lo utilicen para poder hacer daño a través del robo de la cuenta, o compartir contenido sin la autorización de la otra persona.
- Mensajes de texto: los mensajes de texto (SMS), son un medio de comunicación hoy en día, sin embargo los mensajes no se reciben en tiempo real. Los agresores lo suelen utilizar para atacar a la víctima. Además también hay que destacar que en la mayoría de casos cada mensaje tiene un coste monetario.

La autoestima positiva como factor protector del acoso escolar en el alumnado de Educación Secundaria.

- Chats: se caracteriza porque las personas redactan notas, que más tarde les aparecen a las otras personas que están inscritas en el chat. Es un medio muy utilizado por los agresores, sobre todo porque se puede propagar rápidamente una foto o mensaje comprometido de su víctima.
- Páginas web: las páginas webs, también se pueden crear con el fin de subir contenidos, ya sean imágenes o información personal manipulada y comprometida de la víctima con el objetivo de hacerle daño y para que lo vea el resto de la población.
- Blogs: los agresores pueden utilizar estos blogs con el fin de hacer daño a la víctima, dañando su reputación o invadiendo su privacidad.
- Juegos por Internet: en la actualidad, la mayoría de los niños/as juegan a juegos por internet, lo que puede provocar que en los juegos online, la insatisfacción por perder, puede llevar al acosador, ha realizar comentarios anónimos ya que se suele utilizar pseudónimos de forma dañina y amenazante hacía su víctima.
- Tablones de encuentros sociales: son tablones de intercambio de información online en el cual la población puede subir contenido de cualquier persona o de cualquier asunto.

**2.6.5. Medidas para prevenir el ciberacoso.**

Siguiendo a (Luna, 2014), las principales medidas que debería de tomar tanto las familias como los docentes para prevenir, detectar y evitar el ciberacoso son las siguientes:

- Controlar y tener conocimiento para que utilizan los niños/as Internet tanto en sus casas como en el colegio.
- Inculcar tanto a las familias, los docentes y a los alumnos, las medidas que deben tomar en caso de sufrir ciberacoso.
- Realizar charlas en el entorno educativo para que los alumnos se familiaricen con el tema.
- Inculcar al alumnado la importancia que tiene tratar de evitar colgar información privada y personal en Internet.
- Realizar un seguimiento de los ordenadores y móviles de los niños, y actualizar con regularidad el software de las herramientas Tics del alumnado, para que así estén protegidos de amenazas como los virus.

La autoestima positiva como factor protector del acoso escolar en el alumnado de Educación Secundaria.

- Activar la protección de privacidad de las distintas redes sociales y aplicaciones , con el objetivo de que la información personal se encuentre más asegurada.

## 2.7. Rasgos característicos de la víctima y del agresor.

Cuando hablamos de la víctima de la situación de acoso, podemos destacar que no existe un perfil único de la víctima, pero en la mayoría de los casos presenta los siguientes rasgos (Olweus, 1993):

- Presentan una baja autoestima, con poca seguridad en ellos mismos.
- Suelen ser niños/as sensibles, prudentes y silenciosos.
- Temor a que le hagan daño.
- Se caracteriza por encontrarse solitarios socialmente, lo que conlleva que tengan pocas amistades.
- Se encuentra más cómoda conviviendo con personas adultas ( profesores, padres...) que con sus propios compañeros.
- En la mayoría de casos la víctima es más débil físicamente que su agresor.
- Suelen presentar depresión o ansiedad.

De igual forma que sucede con las víctimas, los agresores no presentan un perfil único, sin embargo en la mayoría de ocasiones suelen presentar los siguientes rasgos (Olweus, 1993):

- Presentan dificultad para el cumplimiento de las normas.
- Los agresores suelen exponer una postura más positiva hacía las conductas violentas.
- Se frustran con demasiada sencillez, son impulsivos y presentan mucho genio.
- Utilizan la fuerza para afirmarse y presentan una personalidad dominante.
- Manifiestan escasa compasión o empatía por las víctimas, por lo que van de duros.
- En las situaciones complejas, desean escabullirse.
- Su relación con los adultos suele ser de forma agresiva.
- Fomentan tanto las agresiones reactivas ( cuando son provocados), como las agresiones proactivas ( agresiones deliberadas con el fin de hacer daño).

## **2.8. Signos indicativos de acoso en la víctima.**

En la mayoría de ocasiones, las víctimas no suelen avisar e informar a sus padres de que están siendo acosados, por ello es importante que tanto los maestros como la familia estén atentos a cualquier signo indicativo de una posible situación de acoso en el niño/a. Los signos indicativos de acoso en la víctima suelen ser los siguientes ( Olweus, Limber y Mihalic, 1999):

- No suelen tener amigos/as.
- Presentan daños como arañazos, cortes y moratones sin ofrecer ninguna explicación razonable de las causas de dichos daños.
- Pueden llegar a casa con la mochila, los libros o la vestimenta dañada o rasgada.
- Su trayecto al colegio, tanto de ida como de vuelta puede ser más largo de lo habitual.
- Pueden llegar a presentar temor de ir andando al colegio, de irse en autobús o de participar en actividades colectivas con sus compañeros.
- Presentan episodios de pesadilla o de problemas de sueño.
- Tiene una baja autoestima, pero se siente ansioso.
- Presenta escaso apetito.
- Se queja de dolores de cabeza, de estómago o de alguna otra parte del cuerpo.
- Pérdida del interés en los estudios, por lo que su rendimiento académico disminuye.
- Presenta un humor variable, deprimido, triste o lloroso cuando vuelve del colegio.

# CAPÍTULO 2:

# CONVIVENCIA ESCOLAR

### 3.1. Introducción.

Uno de los retos que debemos conseguir como docentes es el de programar la educación como instrumento para propiciar una convivencia democrática entre los alumnos y los docentes.

Siguiendo a (Villegas, Orieta, Palma y Melisa, 2013), la convivencia se puede definir como un procedimiento a través del cual los asistentes que habitan los centros educativos, adquieren normas para convivir entre ellos. Los elementos esenciales en el ejercicio de la convivencia pueden ser la valoración de la diversidad, el respeto y la comunicación con nuestros iguales. Además, la convivencia se puede entender como un hallazgo hacia los demás, como la aprobación de que nuestras experiencias no son únicas y aisladas, y por ello normalmente no son las más convenientes.

Los centros educativos deberían ser el lugar en el cual se enseñara a ejercer los valores democráticos, ya que en la actualidad debemos fomentar una ciudadanía participativa, crítica y sobre todo responsable.

El centro educativo debe ser el lugar en el cual se fomenten las interacciones entre los diferentes alumnos, ya que la escuela debe fomentar que la convivencia sea una tarea educativa fundamental, por lo que debe ser un sitio en el cual los estudiantes aprenden a vivir en juntos y en sociedad. (J.Delors, 1996; E. Morin, 1999 y J. C. Tedesco, 1995).

La convivencia por tanto no debe considerarse desde un punto de vista unilateral, ya que cuando hablamos de convivencia estamos abordando un tema bastante amplio y multidimensional, por lo que no debemos analizar solo un modelo.

La convivencia está formada por diferentes elementos como pueden ser: diversidad, participación, conflicto, responsabilidades, derechos y deberes, diálogo y tolerancia, entre otros; los cuáles están interrelacionados, por tanto la convivencia es un concepto de carácter poliédrico (Godás, Santos y Lorenzo, 2008).

Por ello, se puede establecer que la convivencia no es meramente una necesidad originaria de enfrentamientos y conflictos, sino que nos encontramos ante un concepto que en sí tiene valor. Por lo tanto su construcción es de carácter colectivo, formada por todas aquellas interacciones que realizan tanto los alumnos como los docentes en el contexto educativo.

En la escuela se deben establecer los cimientos de una ciudadanía activa, crítica, responsable y participativa, por ello los centros educativos deben ser construidos con el fin de ser un espacio de convivencia entre los alumnos y docentes (García Raga y López Martín, 2006, p.89).

Tal como aparece reflejado en el informe realizado por Delors (1966), La UNESCO destaca la relevancia que tiene la educación para la convivencia. En dicho informe además, se destaca que los pilares fundamentales de la educación en la actualidad serán: enseñar a hacer, a ser, a vivir juntos y por último, enseñar a conocer. Por tanto la UNESCO resalta que el aprendizaje de la convivencia debe ser un objetivo primordial del sistema educativo, ya que solo de esta forma se podrá obtener en un futuro una sociedad íntegra, solidaria y democrática.

### **3.2. Contextualización del concepto.**

#### **32.1. Origen del término Convivencia.**

Se puede afirmar, que en primer lugar, el concepto de “Convivencia”, fué empleando cuando las poblaciones de las diversas civilizaciones judías, cristianas y musulmanas, gestionaban el intento de lograr el dominio del sur de España durante la Edad Media. Una vez consiguieron solucionar sus problemas de convivencia, dieron lugar al concepto de Convivencia ( Carbajal, 2013).

Tuvimos que esperar hasta la década de los 90, para empezar a hablar del término convivencia escolar en su conjunto. Se hizo necesaria su implantación por el motivo de que la escuela es un sitio de socialización y de encuentro en el cual se pueden producir conflictos. Por ello dicho concepto se implantó con la finalidad de resolver todos los lances y problemas que ocurrían en los centros educativos. (Fierro-Evans y Carbajal-Padilla, 2019).

### 3.2.2. Concepto de convivencia escolar.

En primer lugar, destacar que entre los principios básicos de la educación, el concepto de convivencia se encuentra muy relacionado. Por lo que tal como establece, (Ortega y del Rey, 2004), la convivencia debe ser implementada como una finalidad y un pilar básico de la educación de nuestro país.

El entorno educativo debe ser un espacio privilegiado en el cual todos los integrantes que integran a la comunidad educativa, se relacionan, intercambian ideas, opiniones y pensamientos, por ello, debe existir un buen clima de convivencia. Por lo tanto, el centro educativo es un espacio fundamental para la convivencia, sin embargo también puede ser un sitio que tiende a la aparición del conflicto (García ,2013).

La convivencia está íntimamente asociada a la vida en sociedad, por ello, la vida humana no tiene sentido si ésta no se ejecuta con la colaboración de los demás individuos (Martínez-Otero,2001).

Durante el transcurso del último siglo, el término “Convivencia Escolar” ha sido explicado y definido en multitud de ocasiones, por ello, al realizar una búsqueda profunda del término podemos hallar diversas definiciones dependiendo del enfoque que el autor haya querido implementar y del ámbito del concepto. Por ello a continuación se muestra diversas definiciones de distintos autores:

La convivencia escolar se entiende como un sistema de relaciones interpersonales y sociales que se asocian directamente con la labor educativa y su procedimiento de enseñanza-aprendizaje. Todo esto dota de significado a los vínculos sociales que se dan en los centros educativos y en las aulas (Ortega-Ruiz, 2015).

Por otro lado, (Sandoval, 2014), define la convivencia escolar como la capacidad interna del individuo de vivir con el resto de la población respetándose mutuamente y siendo solidarios entre ellos de forma recíproca. Siguiendo a este mismo autor, la convivencia

La autoestima positiva como factor protector del acoso escolar en el alumnado de Educación Secundaria.

escolar se caracteriza en poder convivir con el resto de la población en armonía, tolerando y respetando los sentimientos y las ideas del resto de individuos, permitiendo los pensamientos de otros y apreciando la diversidad cultural, la reciprocidad, la solidaridad y finalmente consiguiendo realizan una cooperación entre los distintos individuos que permita alcanzar unos objetivos comunes.

Otra definición podría ser la que refleja que la convivencia consiste en una construcción social que aparece de las múltiples sensaciones que los agentes educativos presentan sobre las relaciones que surgen en sus comunicaciones interpersonales, consecuentemente a partir de ellas se originan creencias, actitudes y valores, que influyen en el proceso de enseñanza-aprendizaje(García-Raga y López-Martín, 2009).

Siguiendo a (Fajardo, 2016), el cuál define el concepto de convivencia relacionado con la Educación para la Ciudadanía y la Democracia. La convivencia debe perseguir la formación y capacitación del alumnado en distintos ámbitos, tales como la pluralidad, la diversidad, la argumentación, el debate, el respeto por el diálogo y las normas, entre otros. Sin embargo, para que se de todos los aspectos anteriormente citados, se deberá poner en práctica los aprendizajes en contextos de vida cotidiana.

Por otra parte, encontramos la definición centrada en la Educación Socio-Emocional elaborada por (Gómez-Ortiz, Romera, y Ortega-Ruiz, 2017). Para dichos autores, la convivencia escolar se basa principalmente en el avance de las cualidades colectivas como pilar fundamental para la mejora de las relaciones interpersonales, provocando así beneficios relacionados con la mejora de la convivencia en el centro educativo. Con ello los individuos podrán conocerse a sí mismos, visualizándose y aceptándose tal y como son, y con ello llevar a cabo relaciones con sus iguales de un modo apropiado y razonable..

Tal como establece (Del Rey, Casas y Ortega-Ruiz, 2017), si queremos realizar una definición correcta del concepto de Convivencia escolar debemos abarcar estas tres dimensiones:

- “School climate”: Criterios sobre las normas que ajustan y establecen la vida en común y el bienestar distribuido entre los integrantes. Es decir, aquellas reglas de

La autoestima positiva como factor protector del acoso escolar en el alumnado de Educación Secundaria.

carácter implícito y explícito en las que se sitúan las relaciones interpersonales entre los individuos del centro educativo.

- “Interpersonal relationship”: Criterios relacionados con los sucesos que entorpecen el bienestar, alteran el clima social y favorecen la confianza y el desapego, de los estudiantes, hacia el centro educativo y sus asociaciones.
- “Teacher’s attitude”: Criterios relacionados con la conducta y el estilo relacional del docente. Estos criterios son de carácter psicoeducativos.

Dicha investigación, se realizó con un amplia muestra de alumnos/as andaluces, y sus resultados reflejaron que para que el alumnado tenga unas relaciones interpersonales positivas es necesario que tenga también un equilibrio afectivo. Por otro lado, también se llegó a la conclusión de que el nivel de calidad respecto a la conducta de los profesores, influye en gran medida en la percepción de los alumnos/as sobre la seguridad de sus centros educativos.

En pocas palabras, cuando hablamos de convivencia escolar, nos estamos refiriendo a un concepto muy extenso, y un instrumento eficaz para formar la paz entre todos los miembros que forman el centro educativo tanto docentes, personal administrativo como el alumnado, entre otros. Para conseguir una convivencia inclusiva y pacífica, podemos trabajar mediante diferentes proyectos, programas... Todos estos recursos y programas aparecen reflejados en la legislación educativa vigente. En los siguientes apartados se realizará un breve análisis de la legislación vigente atendiendo al concepto de convivencia escolar.

Para finalizar, destacar la siguiente frase expuesta por Godás et al. (2008): *“no es descabellado pensar que la visión de la convivencia en los centros educativos se pueda ver afectada por las mismas representaciones de padres, profesores y alumnos, las cuales, actuando como filtros en el procesamiento de la información entrante desde el medio, dan soporte a marcos explicativos sobre lo que pasa a su alrededor y sobre enfoques normativos para la resolución de problemas o conflictos”* (p.34).

### **3.3. Pilares de la convivencia escolar.**

Siguiendo a (Delors, 1996), la convivencia escolar presenta básicamente cuatro pilares fundamentales. Si el alumno consigue superar estos cuatro pilares básicos, podrá conseguir un progreso en su cultura, en sus valores y su respeto hacia los demás. Estos cuatro pilares básicos son:

- Aprender a vivir: se caracteriza porque el individuo debe formarse para vivir en sociedad, respetando y valorando al otro.
- Aprender a hacer: su idea fundamental se basa en que el individuo desarrolle competencias que le posibiliten plantar cara a las diversas situaciones que le suceden.
- Aprender a conocer: se caracteriza porque el individuo posee la capacidad de profundizar y conocer nuestra cultura, además de adquirir la noción de otras materias.
- Aprender a ser: su idea fundamental se basa en que cada individuo debe ser capaz de descubrir y desarrollar sus capacidades y competencias personales, prosperando así su personalidad.

Sin duda, una vez abordados estos cuatro pilares básicos de la convivencia escolar, podemos destacar que tanto la socialización como la educación están íntimamente relacionadas, por lo que, nos encontramos ante dos variables dependientes que darán paso o no al origen del término de “Convivencia Escolar”.

### **3.4. Legislación sobre Convivencia Escolar.**

Tal como establece (Gómez, 2011), el desarrollo normativo y legislativo referente a la convivencia escolar en nuestra país, se caracteriza básicamente porque se proyecta en una serie de habilidades y competencia básicas repartidas tanto en las Comunidades Autónomas como en el Estado.

Básicamente el organismo responsable de dicha legislación de la convivencia escolar son las Comunidades Autónomas, sin embargo siempre cuentan con la supervisión del Ministerio de Educación, para que así, se pueda cumplir la normativa básica regulada. Por

ello las comunidades Autónomas se consideran también la administración de referencia dentro del ámbito educativo (Ortega, 2006)

En primer lugar, es fundamental recalcar que España está constituida por un Estado autonómico, en dónde, el Estado y las Comunidades Autónomas son las encargadas de la creación de las Competencias Educativas. Por ello, sigue el siguiente orden: en primer lugar, por la Constitución; después, por los Estatutos de Autonomías y finalmente por las Leyes Orgánicas (Gómez, 2011).

### **3.4.1. Legislación Estatal.**

Si nos centramos en la legislación estatal, podemos hallar diferentes leyes que aluden a la convivencia escolar. Durante el transcurso de este subepígrafe se examinarán cada una de ellas.

Haciendo referencia al ámbito normativo a nivel estatal, podemos destacar la “*La Ley Orgánica 1/2004, de 28 de diciembre, de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género*” (Ley N° 301, 2005). Dicha ley legislativa tiene el objetivo de ofrecer posibles soluciones a casos de mala convivencia escolar, en este caso ante hechos de violencia de género hacia las mujeres. Por ello, abarca elementos relacionados con la educación, asistencia, prevención y cuidado de los individuos que sufren casos de acoso. Presenta una serie de medidas dentro del contexto educativo para concienciar al alumnado, además del objetivo de intervenir y prevenir si fuera necesario ante algún caso de acoso. Si nos centramos en el primer capítulo de la “*La Ley Orgánica 1/2004...*”, el cual se centra básicamente en el contexto educativo. En ella aparece reflejado que la educación debe prevenir los casos de acoso, y fomentar la igualdad y una buena convivencia entre todos los integrantes del centro educativo. Para ello, se debe enseñar al alumnado valores relacionados con el respeto a los derechos y libertades principales, así como fomentar la práctica de la libertad y la tolerancia, que caracteriza una convivencia democrática, además de enseñarle a cómo prevenir y solucionar los problemas de forma pacífica, con el objetivo de que no fomenten actos violentos tanto en la escuela como en el ámbito más personal, por ejemplo la vida en familia o en la sociedad en general.

La autoestima positiva como factor protector del acoso escolar en el alumnado de Educación Secundaria.

Por otro lado, también se destaca la “*Ley 27/2005, de 30 de noviembre, de fomento de la educación y la cultura de paz.*” (Ley N° 287, 2005). Con esta normativa, el gobierno tenía el objetivo de instaurar una cultura de paz a través de la educación, como consecuencia del fomento de la cultura de violencia que había en el siglo XX. Tal como aparece reflejado en el artículo 2.7 de dicha ley, una de las directrices que deberíamos conseguir sería la de formar a los alumnos/as en maniobras para que puedan solucionar los problemas de forma pacífica, además de proporcionarles los utensilios necesarios para mediar y negociar en los conflictos que puedan surgir. Por ello, el Gobierno debe impartir en todos los niveles educativos aquellos valores de no agresión, de libertad, equidad y compañerismo.

A partir de la llegada de la “*Ley orgánica 2/2006 de 3 de mayo de educación (Ley N°106, 2006)*”, el concepto de convivencia cogió un protagonismo mucho mayor, siendo uno de los objetivos fundamentales de los centros educativos. Tal como aparece reflejado en el preámbulo, en el cual se enfatiza en la importancia que tiene la educación para proporcionar una convivencia adecuada basada en la democracia, además de enseñar al alumnado unas actitudes hacia las desigualdades de respeto, por ello los centros educativos se convierten en unos sitios idóneos para eludir la exclusión y fomentar la solidaridad.

Por otro lado, también se destaca el capítulo primero, el cual se caracteriza porque aparece reflejado los principios y las finalidades de la educación. Si nos centramos en el artículo 2, el cual habla sobre la convivencia escolar, podemos destacar que la finalidad C, refleja que una de las finalidades del sistema educativo debe ser el de fomentar una convivencia democrática, enfatizando en la libertad y la tolerancia, para así poder prevenir los problemas y resolverlos de forma pacífica. También podemos destacar que otra de las finalidades del sistema educativo nacional, es el fomentar y educar en paz, el respeto, la unión social, la solidaridad y la colaboración y la convivencia.

Si nos centramos en los objetivos del sistema educativo español, podemos destacar también la presencia de la convivencia escolar en varios de ellos. Por ejemplo, se destacan objetivos relacionados con pautas de convivencia, adquisición de valores e instrumentos para la resolución pacífica de conflictos. Además también aparecen otros aspectos como el ejercicio de la tolerancia, la adquisición de las normas que rigen la convivencia, la

solidaridad y la colaboración, y por último la enseñanza a rechazar actitudes de violencia, que puedan provocar prejuicios y actitudes sexistas.

El plan de convivencia aparece también reflejado en la LOE, concretamente en su artículo 121.2 y lo podemos encontrar dentro del proyecto educativo de cada centro.. Este plan se ha realizado atendiendo a valores fundamentales como la no discriminación y la inclusión. En dicho plan de convivencia, aparecen los objetivos que se deben alcanzar relacionados con la convivencia en la institución educativa.

Tal como aparece reflejado en el artículo 127, la convivencia escolar es competencia, por un lado el consejo escolar, ya que una de sus funciones más básicas es la resolución de problemas de carácter disciplinario, además de proyectar propuestas que favorezcan la convivencia. En el artículo 129, establece que el claustro de profesores debe solucionar e imponer castigos a los problemas disciplinarios, siendo una de sus competencias fundamentales, además de proporcionar actitudes que fomenten una convivencia adecuada. Por último, el director tal como aparece reflejado en el artículo 132, deberá impulsar la convivencia, establecer castigos y medidas disciplinarias y garantizar una resolución pacífica de los conflictos.

Por otro lado, se destaca la “*Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la Mejora de la Calidad Educativa*”. En su artículo 124, aparece reflejado que los centros educativos deberán elaborar de forma obligatoria un Plan de convivencia que permita instaurar un clima escolar de convivencia positivo. Además también aparece reflejado la importación de la creación de unas normas de convivencia, que deberán ser cumplidas por todas las partes.

Finalmente, terminando la legislación a nivel estatal se destaca el “*Real Decreto 275/2007, de 23 de febrero, por el que se crea el Observatorio Estatal de la Convivencia Escolar*” (*Real Decreto N°64, 2007*), cuyo objetivo fundamental es el intentar participar en la mejora de la convivencia de los centros educativos. Entre sus funciones, podemos destacar la de recabar datos sobre la convivencia de los centros, para que así pueda ir instaurando estrategias y medidas con el objetivo de prevenir y si se diese el caso establecer correcciones en las situaciones en las cuales existan problemas de convivencia.

La autoestima positiva como factor protector del acoso escolar en el alumnado de Educación Secundaria.

En el año 2018, se derogó este decreto y se creó “*Real Decreto 3/2018, de 12 de enero*” (*Real Decreto N°12, 2018*), en el aparece reflejado que el observatorio (órgano colegiado interministerial), tiene el objetivo de realizar una cooperación y colaboración entre los diferentes territorios y centros educativos acerca de la convivencia escolar, para así poder realizar informes y construir diferentes estudios. Además tiene la función de realizar el seguimiento del Plan Estratégico de Convivencia Escolar, para que así pueda implementar posibles medidas que fomenten la elaboración de las diversas políticas a nivel estatal, y por consiguiente dar a conocer diferentes maneras de actuar para mejorar la convivencia en el aula, para que así se reduzcan los casos de acoso escolar.

### 3.4.2. Legislación autonómica.

Se puede considerar a Andalucía como una de las primeras comunidades autónomas en la realización de una legislación asociada con la coeducación, con la convivencia escolar y la cultura de paz (Gómez, 2011)

En el año 1999, podemos encontrar el “*Decreto 85/1999, de 6 de abril, por el que se regulan los derechos y deberes del alumnado y las correspondientes normas de convivencia en los Centros docentes públicos y privados concertados no universitarios*” (Decreto N°48,1999), el cual tiene como uno de sus objetivos el de regular tanto los deberes como los derechos de los alumnos/as. Además otra de sus funciones es la de administrar las reglas y normas de convivencia para que así los alumnos cumplan sus deberes y obtengan los derechos que les proporciona el centro educativo.

También apareció la “*ley 9/1999, de 18 de noviembre de Solidaridad en la Educación*” (Ley N° 140, 1999) cuya finalidad era equilibrar las desigualdades, a través del ofrecimiento de las mismas oportunidades al alumnado con dificultades y asegurando la solidaridad a través del sistema educativo.

Por otro lado, en la “*Orden de 25 de julio de 2002, por la que se da publicidad al Plan Andaluz de Educación para la Cultura de Paz y No violencia*” (Orden N° 117, 2002), podemos encontrar un epígrafe que expone información sobre la cultura de paz y la

educación, promoviendo de que la educación es un pilar fundamental para desarrollar la cultura de paz en los centros educativos.

La cultura de paz promueve una adquisición de actitudes y valores fundamentadas en el respeto a los derechos de los ciudadanos. Además en los lugares en los cuales existe una pluralidad cultural, se puede llegar a garantizar una buena convivencia, lo que conlleva que los individuos puedan convivir de forma pacífica con los conflictos, además de que pueden anticiparse y no entrar en esos conflictos. Por tanto, se debe formar al alumnado para que puedan ser buenos ciudadanos en una sociedad democrática, la promoción de la prevención de la violencia e instruirlos para la paz son los aspectos fundamentales para poder llevar a cabo la Cultura de paz en las instituciones educativas.

El día 2 de noviembre del 2002, se presenta el *“Acuerdo del Consejo de Gobierno, por el que se aprueba el I Plan de Igualdad entre Hombres y Mujeres en Educación”* (Acuerdo N° 41, 2016), con el objetivo fundamental de conseguir una sociedad igualitaria, a partir de la colaboración, el respeto, la gratitud y la convivencia para que así se pueda realizar un progreso en la sociedad. Es la *“Orden de 15 de mayo de 2006”* (Orden N° 99, 2006), la que regula este plan a través de una serie de actuaciones y medidas para lograr los objetivos propuestos.

Por otro lado, el *“Decreto 19/ 2007, de 23 de enero por el que se adoptan medidas para la promoción de la Cultura de Paz y la Mejora de la Convivencia en los Centros Educativos sostenidos con fondos públicos”* (Decreto N°25, 2007), supone la derogación del *“Decreto 85/1999”* (Decreto N° 48, 1999). Dicho decreto persigue concienciar a la población de la importancia de convivir de forma pacífica.

Si observamos su artículo 3, el cual va dirigido a las medidas y a los objetivos. Una de estas medidas es la construcción de un Observatorio sobre la convivencia escolar en Andalucía, elaborado a través de la cooperación y coordinación de diferentes administraciones y entidades públicas, y cuya objetivo es el de dar asesoramiento a la Junta de Andalucía tal como aparece reflejado en el Título VI, y fomentar objetivos de actuación relacionados con la convivencia escolar. Dicho Observatorio en mayo de 2007, se formó en su totalidad.

En su artículo 4, la *“Ley 17/2007 de 10 de diciembre de Educación en Andalucía”* (Ley N° 252, 2007), aparece reflejado que entre uno de los objetivos fundamentales a alcanzar se encuentra en de la convivencia, ya que nos encontramos ante un aspecto muy importante para que produzca un buen clima en el aula.

Por otro lado, la *“Orden de 14 de enero de 2009, por la que se regulan las medidas de apoyo, aprobación y reconocimiento al profesorado para la realización de proyectos de investigación e innovación educativa y de elaboración de materiales curriculares”* (Orden N° 21, 2009), se caracteriza porque entre los aspectos más importantes del anexo I, nos encontramos que una de las líneas fundamentales de estudio son la escuela espacio de paz y la convivencia dentro de los proyectos de investigación educativa.

Por último, nos encontramos la *“Orden de 28 de abril de 2015, por la que se modifica la Orden de 20 de junio de 2011, por la que se adoptan medidas para la promoción de la convivencia en los centros docentes sostenidos con fondos públicos y se regula el derecho de las familias a participar en el proceso educativo de sus hijos e hijas”* (Orden N° 96,2015).

Dicha orden, persigue básicamente ayudar en los centros educativos con el desarrollo, la creación y valoración de los planes de convivencia elaborados en dichos centros educativos. Aunque también se busca la utilización de diversas estrategias para solucionar los posibles conflictos que puedan aparecer. Por si se diese el caso, se podría utilizar el protocolo de actuación frente a posibles circunstancias de maltrato infantil, acoso o posibles agresiones al personal del centro. Se destaca también la importancia que tienen los padres en la educación de sus niños/as.

### **3.5. Factores que intervienen en la convivencia escolar.**

En los centros educativos actuales, convivir también significa afrontar situaciones negativas, las cuales se puede dar el caso de que resulten alarmantes por la visión que tiene la sociedad, cómo pueden los casos de violencia entre iguales o el acoso escolar, entre otros... (Cuevas, 2006).

## La autoestima positiva como factor protector del acoso escolar en el alumnado de Educación Secundaria.

Dichas conductas contrarias a la convivencia entorpecen el aprendizaje en las aulas. Además dichas conductas en la mayoría de ocasiones se relacionan con el entorno escolar y familiar que ha vivido el agresor durante su infancia. En el actual sistema educativo, sin duda, existe un desajuste entre los objetivos e intereses del alumnado y los objetivos del sistema educativo que no refleja la realidad social existente. Consecuentemente esto puede provocar en un alumnado un desinterés hacia las asignaturas, lo que puede conllevar a un fracaso escolar. (Cuevas, 2006).

Siguiendo a (Cuevas, 2006), existen una serie de factores que intervienen en la convivencia escolar, los cuales aparecen reflejados en la siguiente tabla:

Tabla 3: Factores que intervienen en la convivencia escolar.

FACTORES	CARACTERÍSTICAS DE LOS FACTORES ASOCIADOS
FACTORES PERSONALES (alumno-docente)	Podemos destacar básicamente las siguientes causas: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Poca sensibilidad con respecto a las necesidad que pueda tener el niño/a.</li> <li>- La falta de empatía y la impulsividad.</li> <li>- El uso de la violencia es el pilar fundamental para alcanzar su objetivo, en donde todo vale.</li> <li>- Algunos docentes, pueden llegar a tener sus alumnos favoritos, lo que provoca un individualismo por parte de los maestros/as.</li> <li>- Una autoestima baja, lo que provoca relaciones sociales superficiales.</li> <li>- El niño/a, puede considerar al docente como autoritario, lo que puede provocar que llegue a rebelarse.</li> <li>- El empleo por parte del docente de metodologías tradicionales y poco atractivas, puede provocar una desmotivación del alumnado.</li> </ul>

## La autoestima positiva como factor protector del acoso escolar en el alumnado de Educación Secundaria.

FACTORES SOCIALES	<p>Se puede destacar básicamente las siguientes causas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ambientes hostiles.</li> <li>- Consumo de drogas y de alcohol a edades más jóvenes y prematuras.</li> <li>- Los videojuegos y la televisión ( medios de comunicación), provocan un aumento considerable de violencia, ya que influyen en los menores de forma negativa.</li> <li>- Existencia de diversos colectivos originarios de minorías étnicas, proclives a la exclusión económica y social, por lo que estamos ante una desigualdad social.</li> </ul>
FACTORES DOCENTES	<p>Se destacan básicamente las siguientes causas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Falta de comunicación entre los pupilos y los maestros/as, por la existencia de unas relaciones distantes y frías.</li> <li>- Una elevada ratio de la clase provoca dificultades para realizar una atención personalizada y por tanto un aprendizaje significativo.</li> <li>- Se deja atrás los valores, ya que los docentes solo se centran en los resultados académicos.</li> <li>- Los docentes piden demasiadas exigencias para poder adaptarse a los centros educativos, ya que proceden de entornos tecnificados, burocratizados y jerarquizados.</li> </ul>
FACTORES FAMILIARES	<p>Se suelen dar por las siguientes causas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Las familias en muchas ocasiones presentan una insuficiencia económica.</li> <li>- Se suelen utilizar modelos educativos por parte de las familias que provocan una indiferencia o permisividad que pueden llegar a provocar una convivencia escolar negativa, ya que el niño/a siente que tiene poco afecto por sus padres.</li> <li>- En algunas familias, se puede dar el caso de que se este haciendo uso de la violencia, lo que puede provocar que el</li> </ul>

	<p>niño/a copie esas conductas violentas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- En la actualidad, cada vez existen más familias desestructuradas (familias monoparentales o familias con dispersión de uno de sus miembros), lo que provoca en el menor que solo están algún tiempo específico.</li> </ul>
--	---

Fuente: elaboración propia a partir de (Cuevas, 2006).

Dichos factores anteriormente mencionados, debemos tenerlos en cuenta ya que afectan de forma directa a la convivencia en los centros educativos. Como docentes, debemos conseguir que nuestro alumnado evolucione tanto socialmente y personalmente como académicamente para que así adquiera una educación integral. Con ello, nuestro alumnado puede adquirir diversos instrumentos para poder vivir de forma pacífica en diferentes contextos de la sociedad (Jurado, 2015).

### 3.6. Competencias para el aprendizaje y enseñanza de la convivencia escolar.

El alumnado una vez que salga de la escuela debe estar capacitado para escoger de forma crítica la información más relevante, para que así pueda superar los retos de la sociedad actual que se encuentra en continuo cambio. (Zabalza y Arnau, 2007)

Por tanto, las competencias surgen de la necesidad de cuantificar, concretar y medir de forma visible los logros alcanzados y los aprendizajes recibidos.

Tal como establece (Raga, 2007), para que el aprendizaje de la convivencia se realice de forma eficaz y satisfactoria, se deben utilizar las siguientes competencias específicas:

- Saber cooperar:

En los centros educativos debemos concebir un entorno de cooperación, opuesto al individualismo y a la competitividad. De esta forma, podremos alcanzar una mejor convivencia entre todos los ciudadanos. Por lo que con el fomento de esta competencia, estaremos incrementando una mayor actitud responsable y una mayor

La autoestima positiva como factor protector del acoso escolar en el alumnado de Educación Secundaria.

ayuda al profesor por parte del alumnado, de esta forma, se mejorarán las relaciones interpersonales.

- Saber participar:

En la práctica educativa es fundamental inculcar al alumnado el saber como participar en nuestra sociedad democrática.

Se puede destacar la frase: *“aprender a vivir de forma democrática solo se puede conseguir viviendo democráticamente”* (Martín y Puig, 2007).

- Ser tolerante:

La promoción de la tolerancia puede llegar a implicar el fomento también de la igualdad, lo que supone una ayuda para que el alumnado aprenda a convivir reconociendo y aceptando los rasgos de identidad del resto de la población, y que aprendan que la diversidad les puede servir para enriquecerse aún más

El alumnado debe formarse para poder convivir con el resto de la población en la tolerancia, haciendo hincapié en que debe aceptar sus diferencias, siendo uno de los objetivos principales de la educación.

- Ser responsable:

El respeto para los demás y la responsabilidad son la base de la ciudadanía democrática y la convivencia, por lo que esta competencia se relaciona directamente con la cooperación y la participación.

- Ser solidario:

Los grupos de iguales, la escuela y la familia son las responsables de las conductas prosociales, por lo que para realizar un aprendizaje significativo de convivencia debemos contar con la solidaridad y comprensión en torno a las necesidades del resto de la población.

- Disponer de habilidades sociales:

Para interactuar en nuestro entorno social es necesario disponer de estas habilidades, ya que nos ayuda a mejorar la capacidad de conversación, las emociones, el desarrollo de los sentimientos y fomenta el sentimiento de amistad, entre otras...

### 3.7. Medidas para fomentar una buena convivencia.

Sin duda, hoy en día se ha convertido en un tema de mucha importancia la convivencia escolar, ya que se han ampliado significativamente los escritos sobre dicho tema, con el objetivo de mejorar la convivencia en las aulas de los centro educativos y de afrontar los conflictos de una forma más pacífica, a través del diálogo. Podemos destacar basicamente las siguientes medidas para fomentar una mejor convivencia (Ramírez y Hernández, 2017):

A nivel familiar:

- Las familias deben encargarse del crecimiento emocional de su hijo/a, contribuyendo a que exprese sus sentimientos y a tener empatía hacia los demás.
- Controlar e impedir la entrada a contenidos violentos a través de las Tics.
- Las familias se deben interesar sobre las funciones que está teniendo su hijo/a en el centro educativo.
- Se debe enseñar al niño/a a buscar soluciones de una forma pacífica sin utilizar la violencia.

A nivel académico:

- A los alumnos/as conflictivos o a las víctimas se les debe mejorar su autoestima y su motivación.
- Conceder sinceridad, confianza y seguridad a través de orientaciones personales a cada alumno.
- Tanto a los alumnos como a los maestros se les debe formar en la temática de confianza y autoestima, con el trabajo cooperativo, para así poder resolver los conflictos de forma conjunta.
- La educación en valores se debe fomentar desde edades tempranas, para fomentar que sus ideas propias se basen en la tolerancia y el respeto.
- Todos los maestros/as deben trabajar conjuntamente en una misma dirección en el conflicto.

La autoestima positiva como factor protector del acoso escolar en el alumnado de Educación Secundaria.

- Para mejorar la reflexión, la mediación y la comunicación se pondrán en marcha debates, discusiones o talleres con el objetivo de realizar una toma de decisiones democrática.

Por otro lado, siguiendo a (Sánchez, 2017), algunas de las medidas que deberíamos tomar serían las siguientes:

- Formar y preparar al docente en el asunto.
- Promover alternativas a los conflictos, potenciando diferentes formas de resolver los conflictos.
- Para prevenir los conflictos, se realizan programas de prevención, educando en valores.
- Se le dará un papel más constructivista y activo al alumnado, para mejorar el vínculo educativo, con el fomento del trabajo cooperativo como metodología.
- Actividades como el rol-play, para así eliminar las actividades sexistas.
- Se debe adecuar la educación y el centro educativo a los cambios sociales que se producen en la actualidad.

Como conclusión, la instrucción de toda la comunidad educativa es primordial, ya que debemos ejercer desde la conciencia profundizando desde que se empieza a ver algún conflicto.

# CAPÍTULO 3:

# LA AUTOESTIMA

#### **4.1.Introducción.**

En este último capítulo del marco teórico denominado Autoestima, se abordará el término autoestima como una parte fundamental de las emociones, además de abordar diferentes definiciones de Autoestima atendiendo a distintos autores. Por otro lado, se trabajará sobre los diferentes tipos de autoestima que existen. clave como el autoconcepto, los pilares de la autoestima, sobre la personalidad, la autoestima en educación, la baja autoestima y la autoestima positiva, entre otros muchos conceptos relacionados, que permitirá construir una visión más acertada de dicho concepto, permitiendo valorar su interés de estudio e investigación a través de diferentes autores de renombre

#### **4.2. Evolución del concepto de Autoestima y su conceptualización.**

En primer lugar, destacar que el concepto de autoestima a lo largo de la historia ha sido muy controvertido y cuestionado, siendo uno de los términos más difíciles de trabajar que ha tenido el campo de la Psicología (Ortega, Mínguez y Rodes, 2001).

Cuando hablamos de autoestima, nos estamos refiriendo a un componente que se encuentra asociado directamente a nuestra persona de forma innata y que por lo tanto, es propenso a sufrir transformaciones y mejoras debido a nuestras victorias y nuestro logros a lo largo de nuestra vida (Naranjo, 2007).

El término “autoestima”, se encuentra fragmentado en dos términos básicamente desde el punto de vista etimológico: por un lado, tenemos el prefijo “auto”, que quiere decir “por sí mismo”, y que procede del griego; y por otro lado, la palabra “aestima” que significa evaluar, ya que procede del verbo “aestimare” y tiene origen latino . Por ello, si nos centramos desde el punto de vista etimológico, podemos definir el término de autoestima como la valoración de una persona, en este caso de uno mismo.

Cuando queremos realizar una búsqueda sobre la definición de autoestima, nos damos cuenta que no existe una única definición, ya que a lo largo de la historia, los autores que la han definido han sido muchísimos, ya que cada uno trata de aportar su punto de vista, y por ello existe tanta variedad de definiciones. Atendiendo a este criterio, a continuación, se

realizará un recorrido para examinar diversas definiciones a lo largo de la historia para analizar las diferentes definiciones.

Desde el punto de vista cronológico, existe una primera definición de autoestima, la cual se caracteriza por ser el producto de la relación entre el éxito alcanzado y las aspiraciones que tenía el individuo (James, 1890).

A partir de esta primera definición, podemos destacar cambios significativos en el concepto de autoestima.

La autoestima puede definirse como “*los sentimientos e ideas que el individuo tiene de sí mismo*” (Satir, 2002). Siguiendo en la misma línea, la autoestima se sostiene en los poderes de lo que es benévolo para cada individuo (Rosenberg, 1965) y (Hattie, 1992)

Siguiendo a (Wells y Marwell, 1965), determinan que la autoestima se considera parte de uno mismo y que en definitiva es considerado una causa más de nuestra identidad.

La autoestima es la valoración que cada individuo realiza de sí mismo. Dependiendo del grado de aceptación de la autoestima, se modificará su confianza en sí mismo, ya que esto dependerá de la actitud que tenga cada persona en aceptar de menor o mayor agrado la autoestima (Coopersmith, 1967).

Siguiendo a (Burns, 1985), cada sujeto tiene unos logros, los cuales se dividen entre las expectativas que tiene, y a eso es a lo que denominamos autoestima. Estos logros pueden ser personales o sociales. Además por último, las aspiraciones son las expectativas que tiene el individuo por hacer algo.

Para (Branden, 1987), la autoestima puede considerarse como lo que uno piensa de uno mismo, no lo que creen el resto de la población, por lo que es considerada una experiencia personal. Además se considera que la autoestima es la clave de la derrota y del triunfo, siendo una aptitud fundamental para ser alegres y poder enfrentarnos a los conflictos de buena manera. Por otro lado, la autoestima también es fundamental para entender al resto de la población y a nosotros mismos, así podremos desarrollar la empatía.

Por otro lado, la autoestima se puede definir como una *“actitud hacia uno mismo, la forma habitual de pensar, amar, sentir y comportarse consigo mismo. Es la descripción permanente según la cual nos enfrentamos a nosotros mismo”*. Es fundamental para desarrollar nuestro “YO” personal, trabajar dicho método, ya que de esta forma le podremos dar un orden a nuestras vivencias (Alcántara , 1993, p. 17)

La autoestima, también se puede definir como *“una actitud vital que se aprende, que fluctúa y se puede optimizar, basándose en el tomar conciencia, conocer y poner en práctica el potencial de cada persona.”* . Nuestros sentimientos se originan como consecuencia de las reacciones y del comportamiento del resto de la población (Camargo, 1994, p. 97)

La Comisión del Estado de California concreto este término como la *“Apreciación de la propia valía e importancia y asunción por el individuo de su responsabilidad hacia sí mismo y hacia sus relaciones intra e interpersonales”* (Voli, 1996).

*“Si conseguimos mantener un buen nivel de autoestima resistiremos las críticas, nos abriremos mejor a los demás, aprenderemos a pedir ayuda y , en general, nos resultará mucho más gratificante vivir, lo que contribuirá también a prevenir cualquier proceso depresivo ”* (Güell y Muñoz, 2000, p.118)

Antes de los ocho años, los niños manifiestan la autoestima de una forma utópica. A partir de esta edad es cuando los niños empiezan a sentirla tal cual es (Palacios, 2000).

La autoestima también se puede definir como *“un sentimiento valorativo de nuestro ser, de quienes somos otros, del conjunto de rasgos corporales, mentales y espirituales que configuran nuestra personalidad”* (Acosta , 2004, p.83)

Por otro lado, la autoestima presenta como objetivo fundamental el de conseguir vencer los obstáculos personales, ya que para poder superar las dificultades y los fracasos es necesario que el grado de autoestima se encuentre en un nivel alto (Alcántara, 2005).

Siguiendo a (Gázquez et al., 2006), el vocablo “autoestima” se encuentra muy relacionado con el concepto de “auto-concepto”, ya que al fin y al cabo, es una extensión de dicho concepto. Se puede destacar también que los individuos pueden realizar representaciones de sus características o cualidades gracias a la autoestima.

Se puede establecer que la autoestima se suele dar en los primeros años de vida, ya que a estas edades es cuando los padres juegan un papel fundamental en conducir a sus hijos/as para que puedan crear y fomentar el concepto de ellos mismos, y así poder ir generando su autoestima (Duclos, 2011)

Por otro lado, nos encontramos ante una de las definiciones más actuales y modernas de autoestima, la cual se caracteriza por destacar que la autoestima es considerada como “*la disposición a considerarse competente para hacer frente a los desafíos básicos de la vida y sentirse merecedor de la felicidad*” (Branden, 2011, p.46)

Podemos destacar por tanto, que el autoconcepto se encuentra estrechamente relacionado con la autoestima, por el componente emocional que este tiene. Los vocablos, nos ayudan para poder manifestar el autoconcepto, sin embargo la autoestima no se puede manifestar de tal modo, por ello es importante el autoconcepto, ya que de esta forma permite hacernos una representación de la autoestima. Podemos detallar por tanto, que la autoestima es una evaluación que realiza el individuo de forma positiva de él mismo (RAE, 2019).

#### **4.3. Causantes que facilitan una buena autoestima.**

Básicamente podemos destacar seis pilares básicos que propician una saludable y correcta autoestima (Branden, 2002):

Tabla 4: Pilares básicos que propician una saludable y correcta autoestima.

Causantes	Características principales
	Para iniciar esta práctica, el individuo debe tener la disposición de

<p><b>La práctica de aceptarse a sí mismo</b></p>	<p>reconocer que se piensa lo que se piensa y que se siente lo que se siente.</p> <p>Por ello el individuo, al aceptar está mostrando el propósito de pretender experimentar, además de aceptar lo que poseemos como algo nuestro. Con ello, las personas podrán aprender con él mismo al enfrentar temores propios y así mejorará poco a poco su futuro.</p> <p>Para poder cambiar y crecer tenemos que aceptarnos a nosotros mismo con nuestros defectos y virtudes, ya que si negamos los errores que cometemos no aprendemos nunca. Si se niegan los errores no se puede aprender, para poder cambiar y crecer debemos aceptarnos a nosotros mismos.</p>
<p><b>La práctica de vivir conscientemente</b></p>	<p>Es fundamental el grado de consciencia que presenta el individuo, ya que de esta forma podrá tener un buen nivel de eficiencia de él mismo, siendo consciente en cada momento de la vida. Ya que en el momento en el cual se cometen errores, la persona no es consciente, por lo tanto no se suele sentir ni pleno ni competente.</p> <p>En la actualidad, los individuos somos libres para escoger el grado de conciencia que vamos a necesitar durante el día, forjando así el desarrollo del sentimiento del tipo de persona que somos y vamos a ser en un futuro.</p>
<p><b>La práctica de aceptar responsabilidades</b></p>	<p>Es fundamental poseer el dominio de nuestra experiencia personal, ya que como personas debemos sentir esa necesidad de dominar nuestro propio cuerpo. Estas responsabilidades se basan fundamentales:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se compromete a acatar las consecuencias de nuestros propios actos y de las elecciones que se realizan.</li> <li>- El individuo se debe comprometer a distribuir el tiempo de forma eficaz.</li> <li>- El individuo es capaz de conseguir sus propios deseos de</li> </ul>

	<p>forma autónoma.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se compromete a ser consecuente con las conductas que tiene hacia el resto de la población.</li> <li>- El sujeto es responsable de su felicidad particular.</li> <li>- Debe comprometerse a mejorar su autoestima.</li> <li>- Por último, debe ser responsable de los valores que está fomentando.</li> </ul>
<b>La práctica de vivir con un propósito</b>	<p>Para tener la sensación de que somos capaces de controlar todo debemos poseer unos objetivos y unas metas que debemos conseguir para poder ir progresando en la vida.</p> <p>A través de los objetivos que nos marquemos, debemos establecer nuestra conducta. Dichos objetivos se realizan gracias a los propósitos que tenemos, los cuales guiarán que nuestra conducta vaya en una dirección u otra. Dichos objetivos, deberán formularse con el propósito de poder alcanzarlos y así fomentar una autoestima positiva gracias a la valoración que hacemos de nuestros éxitos.</p>
<b>La práctica de afirmarse a uno mismo</b>	<p>En este caso, las personas que no pueden confirmarse a uno mismo, en la mayoría de casos, los individuos suelen esquivar las confrontaciones con aquella población que presentan unas actitudes y valores que no se asemejan a los suyos, para que así se puedan insertar con el resto de la población.</p> <p>Por ello, con esta práctica estaremos favoreciendo una mejor expresión y comunicación con el resto de la población, respetando así nuestros deseos, valores, convicciones y necesidades. Con ello podremos enfrentarnos a los desafíos que nos encontremos en nuestra vida y con ello, tener el control y solucionarlos de la mejor forma posible.</p>
<b>La práctica de la</b>	<p>Como seres humanos, debemos ser acordes con nuestros valores, ya que de esta forma, podremos ser representados como un</p>

<b>integridad</b>	individuo que resalta por su integridad, ya que sin esta integridad se provoca un efecto negativo en la autoestima.
-------------------	---

Fuente: elaboración propia a partir de (Branden, 2002).

Por otro lado, existen una serie de estrategias para mejorar la autoestima expuestas por (Feldman, 2005) :

- Debemos hacer ver familiaridad, para ello podremos utilizar el nombre del individuo para remitirnos a esa persona.
- Es fundamental fomentar sentimientos de autoaceptación, para ello debemos asentir y tolerar al resto de la población por lo que son.
- No debemos manifestar comparaciones ni diferencias entre la población, ya que cada persona es única.
- Se debe fortalecer y proteger el talento y las cualidades de cada individuo.
- Cada individuo tendrá un gusto y una cultura distinta, por lo que tendremos que respetarlo.
- En muchas ocasiones, podemos cometer errores, sin embargo debemos resolverlos de forma positiva, para evitar así reacciones exageradas.
- Las personas debemos ser coherentes, y ayudar al resto de la población para que puedan hacerse cargo de las repercusiones de sus propias conductas.
- En el día a día, podremos encontrarnos numerosos problemas, por lo que debemos ayudar a la población en la consecución de posibles soluciones para resolver dichos conflictos.
- La asignación de etiquetas a las personas se deben evitar en su mayor medida.

Por último, podemos destacar una serie de beneficios que proporciona una autoestima positiva (Alcántara, 2003):

Tabla 5: Beneficios de una autoestima positiva.

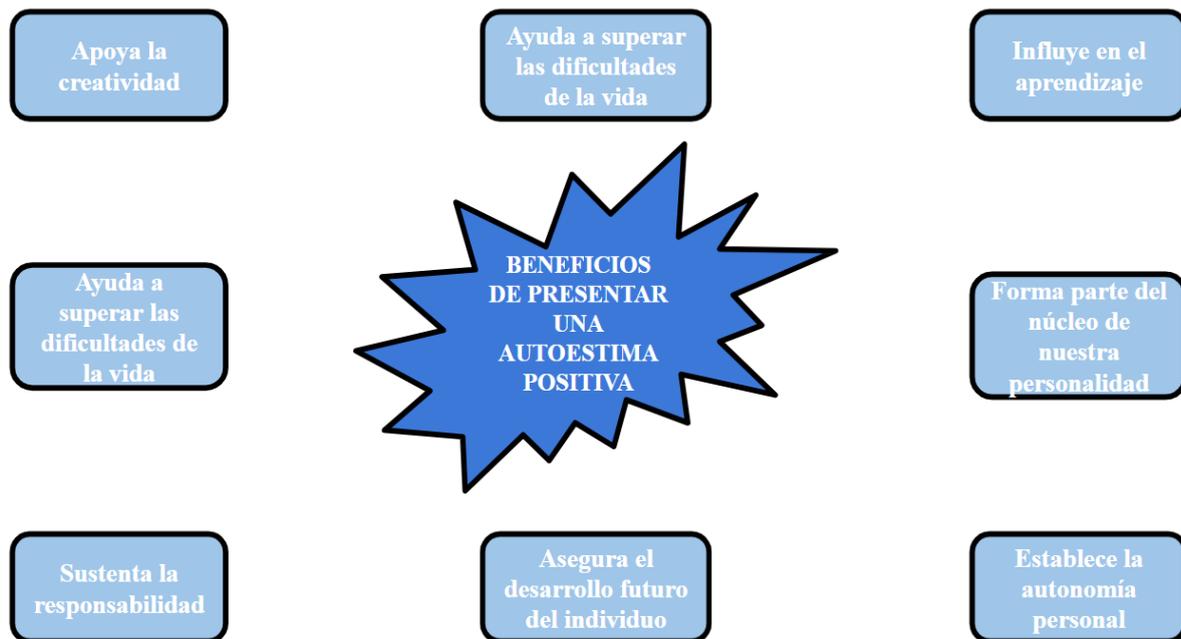
<b>Beneficios de una autoestima positiva</b>	<b>Fundamentos</b>
<b>Favorece la creatividad</b>	Para presentar al mundo nuestra ideas propias y ser creativos, necesitamos tener una autovaloración positiva para poder tener esa confianza necesaria para poder transmitir la información. Lo que conlleva que un individuo que presenta una autoestima más baja, le será difícil poseer esa confianza en sí mismo y en su creatividad.
<b>Sustenta la responsabilidad</b>	Las responsabilidades nos proporciona una serie de dificultades que debemos acometer, por lo que si tenemos una buena autoestima nos ayudará para poder superar dichas dificultades, y así poder fomentar que el individuo presente responsabilidades.
<b>Ayuda a superar las dificultades de la vida</b>	En el día a día, podemos encontrarnos múltiples dificultades y obstáculos, los cuales si presentamos una alta autoestima nos será más sencillo superarlo y tendremos más fuerza para reaccionar a tiempo.
<b>Establece la autonomía personal</b>	Debemos estar seguros de nosotros mismos, ser autónomos y autosuficientes, lo que conlleva que tenemos que poseer una autoestima alta, ya que con ello seremos capaces de aceptarnos a nosotros mismos y a los demás y ser capaces de tomar nuestras propias decisiones.
<b>Influye en el aprendizaje</b>	Para adquirir nuevos aprendizajes y conocimientos, es fundamental poseer una autoestima alta, ya que el individuo debe contar con una imagen positiva de él mismo.
<b>Forma parte del núcleo de nuestra personalidad</b>	Para poder conseguir auto-realizarse y tener una propia identidad es necesario que el individuo aprenda y presente en un futuro una autoestima positiva.

<p><b>Asegura el desarrollo futuro del individuo</b></p>	<p>Es fundamental, si queremos poseer las cualidades suficientes y tener unas aspiraciones en un futuro, contar con una autoestima alta, ya que con ello tendremos la fuerza necesaria y seguridad en nosotros mismos para conseguir los objetivos marcados.</p>
<p><b>Establece una relación social saludable</b></p>	<p>Para poder tener una relación saludable con la sociedad, se necesita que el individuo se respete y se aprecie, ya que de esta forma el resto de la población con la que se relaciona se sentirán cómodos también, porque la autoestima se transmite.</p>

Fuente: elaboración propia a partir de (Alcántara, 2003).

A continuación, se muestra un esquema-resumen de los beneficios más significativos de presentar una autoestima positiva (Alcántara, 2003):

Figura 1: Beneficios de presentar una autoestima positiva.



Fuente: elaboración propia a partir de (Alcántara, 2003).

#### 4.4. Tipos de autoestima.

Podemos destacar que entre los diferentes tipos de autoestima que podemos encontrar en la sociedad de la psicología y la investigación, los más descritos y utilizados han sido sin duda, por un lado, la autoestima baja o negativa y por otro lado, la autoestima alta o positiva.

Por un lado, los individuos que poseen una autoestima baja o negativa, se suelen rechazar a ellos mismos, infravalorándose y menospreciándose. Lo que conlleva que tengan unos pensamientos negativos de su persona. Además suelen ser sujetos pasivos y con miedo a hablar en público, lo que puede conllevar que se encuentren aislados y solitarios. Todo lo anterior, le puede provocar que sean indecisos, que tengan una falta de confianza y miedo a expresar sus ideas y a equivocarse (Rosenberg y Simmons, 1972).

Por otro lado, presentar una autoestima elevada y positiva, significa padecer un estado de confianza y bienestar interior, por lo que como consecuencia tendremos una conducta adecuada y positiva. Dichos sujetos los cuales presentan una buena autoestima, les sirve para aceptar sus debilidades y fortalezas, además de respetarse a sí mismos, y por último también se caracterizan por ser competentes (Rosenberg y Simmons, 1972).

Además de la autoestima positiva y negativa, también se puede destacar otros cinco tipos de autoestima (Thomen, 2019):

- Autoestima inflada: Suelen ser sujetos seguros de sus capacidades y de sí mismos, además no reconocen sus fallos y piensan que todo lo que realizan, lo hacen de forma correcta, además de que no reconocen la veracidad del resto de la población, por lo que estamos ante un tipo de personas que pueden aparentar tener una autoestima positiva. Estos sujetos, en la mayoría de casos quieren destacar sobre los demás y buscan el reconocimiento. Sin embargo, con esta actitud se puede pensar que buscan esconder su baja autoestima y su inseguridad.
- Autoestima baja estable: Son sujetos indecisos, presentan miedo a ser castigados, tienen escasa capacidad para defender su postura, por lo que su baja autoestima suele ser estable, lo que puede provocar en el sujeto que presenten periodos de ansiedad y depresión. En la mayoría de casos, no suelen confiar en sus capacidades, por lo que

La autoestima positiva como factor protector del acoso escolar en el alumnado de Educación Secundaria.

son sujetos negativos y pesimistas, sin embargo, también se puede destacar que no les afecta la opinión del resto de la población.

- Autoestima baja inestable: En general, son sujetos que una vez que consiguen un objetivo, su autoestima disminuye otra vez, por lo que podemos establecer que cuando existen refuerzos positivos, dicha autoestima aumenta pero solo durante un pequeño periodo de tiempo. En definitiva, podemos destacar que son personas vulnerables a lo que piensa el resto de la población, por lo que se ven afectados por factores externos al contrario que la autoestima de tipo baja estable.
- Autoestima estable: Suelen ser personas que no tienen en cuenta los factores negativos, por lo que pueden crear su propia opinión sin tener en cuenta la del resto de la población. En definitiva, son sujetos seguros de sus capacidades y de sí mismos, por lo que son personas equilibradas.
- Autoestima alta inestable: En algunas ocasiones, se puede dar el caso, de que presenten una autoestima positiva, sin embargo esta se puede derrumbar en las situaciones críticas y difíciles, ya que los sujetos no suelen tolerar el fracaso y no aceptan las críticas del resto de ciudadanos, lo que puede provocar que existan situaciones de conductas agresivas. En conclusión, son sujetos que les afecta la opinión de terceras personas y suelen presentar una autoestima más inestable.

Como conclusión, se puede destacar que dependiendo de los autores con los que trabajamos podemos encontrarnos muchos tipos de autoestima. Trabajar los tipos de autoestima, nos ayudará a poder tener una más amplia de los distintos grados de intensidad que tiene la autoestima, por lo que nos ofrece un campo de estudio más significativo.

#### **4.5. Principios de la autoestima.**

Para mejorar la autoestima del alumnado, podemos destacar básicamente cuatro principios recogidos en la siguiente tabla (Tierno, 2011):

Tabla 6: Principios o fuentes de energía para la autoestima.

<b>PRINCIPIOS O FUENTES DE ENERGÍA PARA LA AUTOESTIMA</b>	
Vinculación social y familiar basada en afianzarla de forma segura y fuerte.	
Los padres y docentes deben hacer sentir al niño/a que se encuentra valorado y querido.	
Debemos aprender de aquellos modelos y referentes válidos.	
En la resolución de los problemas, se debe tener sensación de poder, ya que así estaremos seguros de que podemos mejorar y modificar sus circunstancias.	

Fuente: (Tierno, 2011).

#### 4.6. Pilares de la autoestima.

Siguiendo a (Branden, 2011), la autoestima depende de nosotros mismos, es decir, seremos los responsables de tener una autoestima positiva o negativa. Además la autoestima no es algo que nos viene dado desde nuestro nacimiento, sino que se va adquiriendo con el transcurso del tiempo, por lo que implica, por un lado, una lucha contra la frustración, la ansiedad o el estrés, y por otro lado, también implica superar retos, ser consciente, adquirir responsabilidades o aceptar las cosas tal cual, entre otras...

Por ello, si el individuo no posee una autoestima positiva, estará provocando que podamos tomar decisiones erróneas, inseguridad, conductas sociales erróneas e inadecuadas o estará provocando una mala planificación de nuestras metas a conseguir. Se pueden establecer unos pilares esencial de la autoestima que a continuación, se reflejan en la siguiente tabla:

Tabla 7: Pilares de la autoestima.

<b>PILARES DE LA AUTOESTIMA</b>	
<b>Integridad</b>	Nuestra forma de actuar se debe alinear con nuestros ideales para poder adquirir la integridad.

<p><b>Adquirir Metas</b></p>	<p>Lo que le da sentido a nuestra vida, es sin duda, vivir con objetivos, ya que durante el transcurso de nuestra elegimos por ejemplo, (nuestro lugar de trabajo, nuestra pareja, lo que estudiamos...)</p> <p>En el transcurso de nuestra vida, solemos actuar atendiendo a las metas y objetivos que queremos conseguir para ello adquirimos responsabilidades y elaboramos acciones para poder alcanzar esos objetivos.</p>
<p><b>Autoafirmación</b></p>	<p>Debemos autoafirmarnos para poder expresar al resto de la población, lo que somos. En definitiva, autoafirmarse significa expresar nuestras necesidades, nuestros valores y los deseos que tenemos.</p>
<p><b>Responsabilidad</b></p>	<p>La responsabilidad significa asumir el compromiso de lo que se desea, de la dedicación, de lo que se hace, de nuestros valores, de nuestra felicidad y en definitiva de uno mismo.</p> <p>Nosotros mismos debemos autogestionar cada una de nuestras acciones y emociones, de los pensamientos que tenemos, por lo que en definitiva somos responsables de lo que hemos planificado.</p>
<p><b>Aceptación</b></p>	<p>Básicamente podemos destacar, tres niveles fundamentales que implica la aceptación de uno mismo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Un primer nivel que se caracteriza por considerarse innato. Podemos llegar a bloquearnos, ya que si no nos aceptamos tal como somos, podemos llegar a un egoísmo natural, en el cual nos costaría mucho aceptarnos.</li> <li>- Un segundo nivel, caracterizado porque se debe poseer una consciencia plena, en la cual debemos experimentar, pensar y actúo. Las cosas aunque no nos</li> </ul>

	<p>gusten debemos asumirlas ya que son como son.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Un tercer nivel, el cual el sujeto debe investigar para poder traspasar los obstáculos que se le presente en el transcurso de su vida, por ello debemos indagar para superar las dificultades y los retos que nos planteamos.</li> </ul>
<b>Consciencia</b>	<p>Cuando no somos conscientes y nos evadimos de la realidad, estamos provocando que durante el transcurso de las situaciones que vivimos, no seamos capaces de adaptarnos a ellas. Por lo tanto, ser consciente requiere conocer, vivir y proceder de una forma sensata hacia la realidad que vivimos aunque en ocasiones, no nos termine de convencer.</p>

Fuente: elaboración propia a partir de ( Branden, 1995)

Nuestra vida, al fin y al cabo, está formada por un cúmulo de emociones que se reflejan en la autoestima del individuo, ya que dominan nuestras conductas y pensamientos, y consecuentemente influye en nuestros objetivos y nuestras decisiones del día a día.

La autoestima se va formando a través de las relaciones sociales y permite que seamos de una forma u otra dependiendo de nuestra autoestima, por lo que podemos destacar que la autoestima es individual y propia de cada individuo, por lo que no es algo aislado ( Branden, 2011).

#### **4.7. Consecuencias de la autoestima.**

##### **4.7.1. Consecuencias de la autoestima negativa.**

Podemos llegar a sufrir problemas en aspectos psicológicos y físicos como consecuencia de una baja autoestima y por consiguiente un escaso control de las emociones de nuestro cuerpo. A continuación, se muestra en el siguiente esquema, algunas de las consecuencias que provocar presentar una autoestima negativa (Branden,1995):

Figura 2: Consecuencias de una autoestima negativa.



Fuente: elaboración propia a partir de (Branden, 1995)

Las personas con baja autoestima no suelen expresar sus sentimientos y pensamientos, es más los suelen ocultar, por miedo a ser ridiculizados y rechazados por el resto de las personas. Además suelen ser personas que no aceptan las críticas. También podemos destacar que estos individuos no suelen poseer la capacidad de mostrar sus virtudes ya que se suelen centrar más en los aspectos negativos que en los positivos. Les suele afectar las influencias externas, por lo que no suelen ser espontáneos, además suelen ser bastantes autocríticas y perfeccionistas. En la mayoría de ocasiones, las relaciones de dependencia suelen ser producidas por una baja autoestima ( Alcántara, 1990).

La autoestima debe construirse desde que el niño nace, es decir desde la base, ya que *“...una autoestima inadecuada puede limitar en gran medida las aspiraciones y logros de un individuo, las consecuencias del problema no son necesariamente tan obvias”* (Branden, 2011, p. 39).

#### 4.7.2. Consecuencias de la autoestima positiva.

Los sujetos que presentan una autoestima positiva, suelen estar seguros de sí mismos, suelen aprender y reflexionar para poder adquirir conocimientos, aceptan las críticas y son conscientes de sus limitaciones y las capacidades que poseen. Aceptan las críticas y tienen en cuenta los diferentes puntos de vista del resto de la población, además son capaces de expresar su opinión, lo que favorece que presenten unas relaciones sociales positivas. Se suelen plantear objetivos y metas, no les importa mostrarse tal cual son, suelen experimentar, y en definitiva son sujetos seguros de sí mismo (Branden, 2011).

Podemos destacar por tanto, que una autoestima positiva puede provocar cambios tanto en el aspecto físico como en el interior del individuo. Por un lado, en cuanto a los aspectos físicos, se puede destacar una actitud modulada y una relajación postural. Por otro lado, en cuanto a aspectos internos, podemos destacar una autoestima equilibrada, lo que provoca que se tenga actitud de crítica y de mejora.

A continuación se muestra una tabla resumida con las diferentes formas de manifestar una autoestima positiva en el individuo:

Tabla 8: Formas de manifestar una autoestima positiva.

<b>FORMAS DE MANIFESTAR UNA AUTOESTIMA POSITIVA</b>	
<b>INTERIOR</b>	<b>FÍSICA</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Debemos tener una concordancia entre lo que hacemos, pensamos y los sentimientos que tenemos.</li> <li>- El individuo se encuentra abierto a recibir críticas que le haga mejorar en el día a día.</li> <li>- El sujeto se ve motivado a afrontar desafíos.</li> <li>- Los individuos son capaces de</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Presentar una entonación apropiada de la voz.</li> <li>- Tener los ojos despiertos,...</li> <li>- Realización en diferentes partes del cuerpo de conductas de relajación sobre todo en:               <ul style="list-style-type: none"> <li>● La mandíbula.</li> <li>● Las manos.</li> <li>● Los brazos.</li> </ul> </li> </ul>

<p>gestionar y asimilar aspectos negativos como el estrés, la ansiedad o la inseguridad.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se encuentra motivado para experimentar, para realizar cambios y fomentar nuevas ideas.</li> <li>- Los sucesos negativos y positivos que nos suceden, los acometemos y somos conscientes de ello.</li> <li>- La autoestima se suele reflejar en la forma de moverse, es decir se expresa desde el rostro y se manifiesta desde dentro del cuerpo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● El rostro.</li> <li>● La postura corporal.</li> </ul>
--	--

Fuente: elaboración propia a partir de (Branden, 2011).

#### 4.8. Componentes de la autoestima.

Se pueden diferenciar básicamente cinco componentes que conforman la autoestima y se suele hacer referencia mediante “*La escalera de la autoestima*”. Todos estos componentes se encuentran entrelazados entre sí, ya que solo de esta forma se podrá ir subiendo de nivel. A continuación se detalla cada uno de estos cinco componentes (Rodríguez, Pellicer y Domínguez, 1988):

- El autoconocimiento se debe trabajar de forma conjunta, ya que sino la personalidad será frágil, por lo que debemos trabajarlo de forma conjunta para poder conseguir una personalidad unida. El autoconocimiento se puede entender como el conocimiento de todas las partes del cuerpo que forma el self de cada ciudadano, básicamente su forma de sentir y de actuar.
- El autoconcepto se puede considerar que da lugar a la conducta, ya que se caracteriza por la opinión que cada individuo tiene de sí mismo.
- La autoevaluación se puede considerar como la capacidad que cada ciudadano tiene de evaluar lo que es malo y bueno para él mismo.

La autoestima positiva como factor protector del acoso escolar en el alumnado de Educación Secundaria.

- La autoaceptación se puede considerar como la habilidad de identificar la forma de sentir y de ser de cada individuo.
- El autorespeto consiste en complacer los valores propios y trabajar en sus sentimientos de la mejor forma posible sin perjudicarse, haciendo lo que le haga sentirse bien.

# MARCO EMPÍRICO

## **5. OBJETIVOS.**

### **Objetivo general.**

Como nuestro tema de estudio es “ la autoestima positiva como factor protector del acoso escolar” , el objetivo que se persigue conseguir en el presente Trabajo Fin de Máster es analizar, llevando a cabo una revisión bibliográfica, sobre la relación que existe entre un nivel adecuado de autoestima, y la eliminación o reducción de los casos de acoso escolar en los centros educativos.

Por lo tanto nuestro objetivo general es el siguiente:

- Analizar la relación que existe entre un nivel adecuado de autoestima y una reducción del acoso escolar.

### **Objetivos específicos.**

A continuación, se exponen los objetivos específicos, con el fin de concretar y delimitar aspectos claves de nuestra investigación para dar sentido a nuestro tema de estudio.

Los objetivos específicos son los siguientes:

- Aclarar si una autoestima positiva puede ser considerada un factor de protección ante el acoso escolar.
- Comprender los aspectos positivos que puede tener una autoestima positiva en convivencia escolar.
- Examinar un conjunto de artículos con el objetivo principal de constatar la efectividad, o no, de una autoestima positiva como factor de protección frente al bullying.

## **6. METODOLOGÍA.**

En el presente proceso de investigación, la metodología empleada ha sido a través de la búsqueda en distintas bases de datos especializadas de información, en este caso dicha información estará relacionada con dicha investigación. Es decir a través de una revisión bibliográfica, que tal y como establece Gálvez (2002), se trata de un proceso que persigue seleccionar y extraer de forma organizada aquella información que nos parezca relevante para nuestro trabajo, además de darnos respuesta a nuestro interrogante que anteriormente habíamos planteado. es un proceso organizado con el objetivo de seleccionar y extraer

aquello información relevante y referente a nuestro estudio, la cual nos ayude a dar respuesta a más de un interrogante.

En este trabajo, se ha utilizado un tipo de revisión bibliográfica descriptiva, ya que se caracteriza por realizar una descripción de los datos más relevantes obtenidos de los diferentes estudios e investigaciones y de las conclusiones que se han obtenido (Pérez – Fuentes, Gázquez, Fernández y Molero, 2011).

El proceso de investigación se ha realizado mediante la observación y análisis de diversos estudios científicos publicados entre 2000 y 2020. Es por ello, que hemos llevado a cabo una revisión sistemática rigurosa y objetiva de tipo cualitativo a través de una investigación secundaria, acerca de los diferentes artículos de revista seleccionados, a través de los cuales en sus diferentes investigaciones, se afirma que una autoestima positiva puede ser considerada como factor de protección frente al acoso escolar, por lo tanto, también se establece que favorece una adecuada convivencia entre los miembros de la comunidad educativa en los centros de Educación Secundaria.

Es importante destacar que hemos seleccionado una serie de base de datos para la realización de nuestra revisión bibliográfica a las cuales hemos accedido a través de la biblioteca Nicolás Salmerón de forma online de la Universidad de Almería, con el objetivo principal de poder obtener un acceso más fácil y gratuito a los artículos de investigación.

En dicha actividad se han utilizado unos descriptores y operadores booleanos para poder establecer una fórmula de búsqueda. Por lo que, una vez observados los primeros resultados obtenidos, podemos llegar a especificar los criterios de inclusión y exclusión para poder conseguir delimitar la selección de artículos que realmente nos interesen.

### **6.1. Procedimiento de la búsqueda bibliográfica: descriptores, filtros, operadores booleanos, fórmulas de búsqueda y base de datos.**

#### **Descriptores**

Es fundamental la utilización de unos descriptores o palabras claves para poder realizar una búsqueda efectiva de los artículos referentes a nuestro objeto de estudio. Es por ello, que para obtener una mayor precisión y resultados en la localización de información

La autoestima positiva como factor protector del acoso escolar en el alumnado de Educación Secundaria.

relevante, es fundamental la utilización de unos descriptores para llevar a cabo nuestra revisión bibliográfica. Así pues, estos descriptores nos permiten clasificar y excluir artículos que no estén relacionados con nuestra temática.

Los descriptores utilizados para la búsqueda de artículos de investigación han sido los siguientes:

- Autoestima positiva.
- Acoso escolar.
- Factor de protección.
- Educación Secundaria.
- ESO.

### **Filtros**

Se ha decidido aplicar un conjunto de filtros automáticos con el objetivo de limitar la búsqueda y acotar los resultados para que así nos facilite aquellos estudios cuya temática y contenido sea apropiada para nuestra investigación. Dichos filtros automáticos han sido los siguientes:

- Filtros temporales: rango entre los años 2010 y 2019, con el objetivo de conseguir información lo más actualizada posible.
- Idioma: español.
- Filtros de documentos: artículos de revista.
- Texto completo: Sí.
- País: todos.
- Materias: Psicología y educación / Enseñanza Secundaria (Redined) .
- Ubicación de los descriptores: (descriptores en el título, descriptores en el resumen...)

### **Operadores Booleanos.**

Los operadores booleanos se pueden entender como unos operadores lógicos que se utilizan para relacionar distintos términos en las búsquedas que vamos a realizar y básicamente podemos encontrar tres tipos de operadores: y (and),o (or) y no (not).

Por lo tanto, podemos destacar que su introducción en nuestra búsqueda se ha ejecutado con el fin de eliminar, añadir o buscar unos términos que queremos que estén presentes, o no, en nuestros resultados de la búsqueda.

Los operadores booleanos que se han utilizado han sido los siguientes:

- AND: Nuestra búsqueda con la introducción de dicho operador booleano ha sufrido una modificación, ya que su implementación ha permitido que los resultados mostrados sean exclusivamente los resultados que contienen todos los términos que nosotros queremos. Con ello, hemos podido conseguir una reducción considerable de resultados de artículos en nuestra búsqueda.
- NOT: con la introducción de dicho operador, estamos consiguiendo que nos dirija al primer término, excluyendo de esta forma el segundo.
- OR: con su introducción estamos consiguiendo que al menos un concepto se incluya en nuestra búsqueda.

### **Fórmulas de búsqueda.**

Es fundamental introducir un enunciado que se caracterice por su rigurosidad y por ser concreto, ya que de esta podremos encontrar los artículos que presenten un contenido relacionado con nuestro estudio. Para ello se ha decidido introducir las siguientes fórmulas de búsqueda en un primer momento:

- Autoestima positiva AND acoso escolar AND educación secundaria
- Autoestima AND acoso escolar OR bullying
- (Autoestima AND acoso escolar OR bullying) AND educación secundaria OR ESO

### **Base de datos.**

Tal como establece (Pedraz, 2004), para la búsqueda de información específica, es muy adecuado la utilización de las bases de datos, ya que son muy eficaces, porque al fin y al cabo, son una fuente de información clasificada como secundaria, ya que pueden recuperar documentos primarios por medio del uso de Internet. La utilización de estas bases de datos nos permite por tanto, acceder a artículos e informaciones actualizadas sobre en este caso, nuestro tema de investigación.

Durante el transcurso de este apartado, se va a ir especificando las bases de datos utilizadas para realizar la revisión de la literatura referente a nuestro estudio. En la tabla que a continuación se muestra, aparece reflejado tanto los descriptores utilizados para realizar la

## La autoestima positiva como factor protector del acoso escolar en el alumnado de Educación Secundaria.

búsqueda, como las fórmulas de búsqueda empleadas en cada base de datos, los operadores booleanos utilizados y el número de referencias en cuanto a artículos que se han encontrado. En función de la base de datos que se ha utilizado, se han aplicado unos filtros automáticos que anteriormente hemos mencionado en el apartado de filtros.

Tabla 9. Proceso de búsqueda bibliográfica en las bases de datos trabajadas.

Base de datos	Descriptor	Operadores booleanos	Fórmula de búsqueda	Nº de referencias (antes/después de aplicación de filtros automáticos)
<b>Dialnet Plus</b>	Acoso escolar	AND	Autoestima	102/23
	Bullying	OR	AND acoso escolar OR	
	Autoestima		Bullying	
<b>Proquest</b>	Autoestima	AND	Autoestima positiva	508/92
	Acoso escolar		AND acoso escolar	
	Educación Secundaria		AND Educación Secundaria	
<b>Redined</b>	Autoestima	AND	(Autoestima AND	531/39
	Acoso escolar		Acoso escolar OR	
	Bullying	OR	Bullying) AND	
	Educación Secundaria		Educación Secundaria	
	ESO		OR ESO	
<b>TOTAL</b>				<b>1141/154</b>

*Fuente: Elaboración propia.*

Tal como aparece reflejado en la tabla 9, en la cuál aparece reflejado los datos más importantes usados en el proceso de búsqueda de información en las distintas bases de datos. Con respecto al número de artículos encontrados, se debe aclarar que los resultados únicamente han sido filtrados con los diferentes filtros automáticos que contienen las bases de datos. En el siguiente apartado, que a continuación se desarrolla, se reflejarán los resultados encontrados ya con los criterios de inclusión y exclusión manuales, ya que dicha información debe aparecer en el apartado de la selección de la información.

Por otro lado, es importante aclarar, que por ejemplo, en la base de datos Redined, no existe el filtro temporal para introducirlo de forma automática, por lo que dicho filtro se ha introducido de forma manual, en el apartado de selección de la información, ya que los filtros manuales no se introducen en el proceso de búsqueda. Como consecuencia, los resultados anteriormente mencionados de la búsqueda, no muestran los artículos en base a ese rango de años.

## **6.2. Procedimiento para la selección de la información.**

Con el fin de concretar más los artículos que se ajustan a nuestra investigación, ya que tras una primera búsqueda encontramos una amplia y extensa información, debemos seleccionar aquellos artículos cuya literatura y contenido nos permita recopilar información y datos que son útiles para dar respuesta a la cuestión que nos hemos planteado en un primer momento, acerca del tema objeto de estudio, además de lograr los objetivos específicos que anteriormente nos hemos propuesto.

Con el objetivo de agrupar aquellos documentos que realmente son aptos para poder incluir en nuestra lista de artículos a analizar, debemos abarcar aquellos documentos que atiendan a tanto a los criterios automáticos (filtros), como a los criterios manuales (criterios de inclusión y exclusión), siendo estos establecidos una vez revisado el contenido del texto y del resumen.

En la siguiente tabla, aparecen los criterios tanto de inclusión como de exclusión utilizados en la búsqueda.

**Tabla 10. Criterios de inclusión y criterios de exclusión para determinar la selección de los artículos.**

---

### **Criterios de inclusión**

---

#### **Criterios de inclusión automáticos (filtros):**

- Textos completos
- Artículos de revista científicos.
- Artículos publicados entre el año 2010 y el año 2019
- Artículos de acceso gratuito
- Artículos relacionados con el área de Educación y/o Psicología.
- Idioma: español.

#### **Criterios de inclusión manuales:**

- Estudios experimentales.
- Estudios descriptivos.
- Estudios cuantitativos.
- Estudios cualitativos.
- Educación secundaria.
- ESO.
- Adolescentes.
- Bullying.
- Acoso escolar.

---

### **Criterios de exclusión**

---

- Artículos de acceso restringido.
- Textos incompletos.
- Artículos que no estén relacionados con el área de Educación y/o Psicología.
- Artículos repetidos.
- Educación Primaria.
- Conductas agresivas.
- Educación emocional.
- Artículos publicados en periodos de tiempo anteriores al año 2010.

- Artículos cuya temática sea distinta a nuestro objeto de estudio.
- Artículos que no incluyen alguno de los descriptores establecidos.
- Violencia escolar.

*Fuente: Elaboración propia.*

Es importante destacar, que se han ido excluyendo algunos documentos, ya que hemos trabajado mediante un proceso de selección que ha seguido una serie de fases, que se han caracterizado por excluir algunos documentos cuyo contenido no se asemeja a nuestro tema de estudio. Se identificaron un total de 1141 referencia a artículos, tras introducir las fórmulas de búsqueda en las distintas bases de datos. Posteriormente se han aplicado una serie de criterios de inclusión y exclusión con la finalidad de seleccionar aún más los artículos que realmente nos interesa.

En un primer momento, las diferentes búsquedas concretaron un total de 1141 artículos identificados en un primer momento, por lo que un total de 987 documentos fueron eliminados tras la aplicación de filtros automáticos: 11 de ellos no presentaban el texto completo; 397 no eran artículos de revista; 60 artículos no se encontraban entre el rango de años establecido, es decir, entre el año 2010 y el año 2019 ; 511 artículos no estaban relacionados con la materia de nuestra investigación; y 8 de ellos se excluyeron puesto que no estaban redactados en el idioma español.

Por otro lado, una vez revisados todos los artículos de una forma más exhaustiva, teniendo en cuenta los criterios establecidos en la tabla 10; de un total de 154 artículos que incluimos tras aplicar los diferentes filtros, se excluyeron un total de 146 documentos por las siguientes razones:

- Un total de 6 artículos se han encontrado repetidos en alguna de las bases de datos que hemos trabajado.
- 15 artículos han sido excluidos porque se trataban de estudios que se hacían en la etapa de Educación Primaria.
- 33 referencias no estaban elaboradas en el tipo de documento que era apropiado para realizar nuestra investigación.
- Por último, un total de 92 artículos no se asemejaban ni en el título ni en el contenido en sí a nuestra temática de estudio.

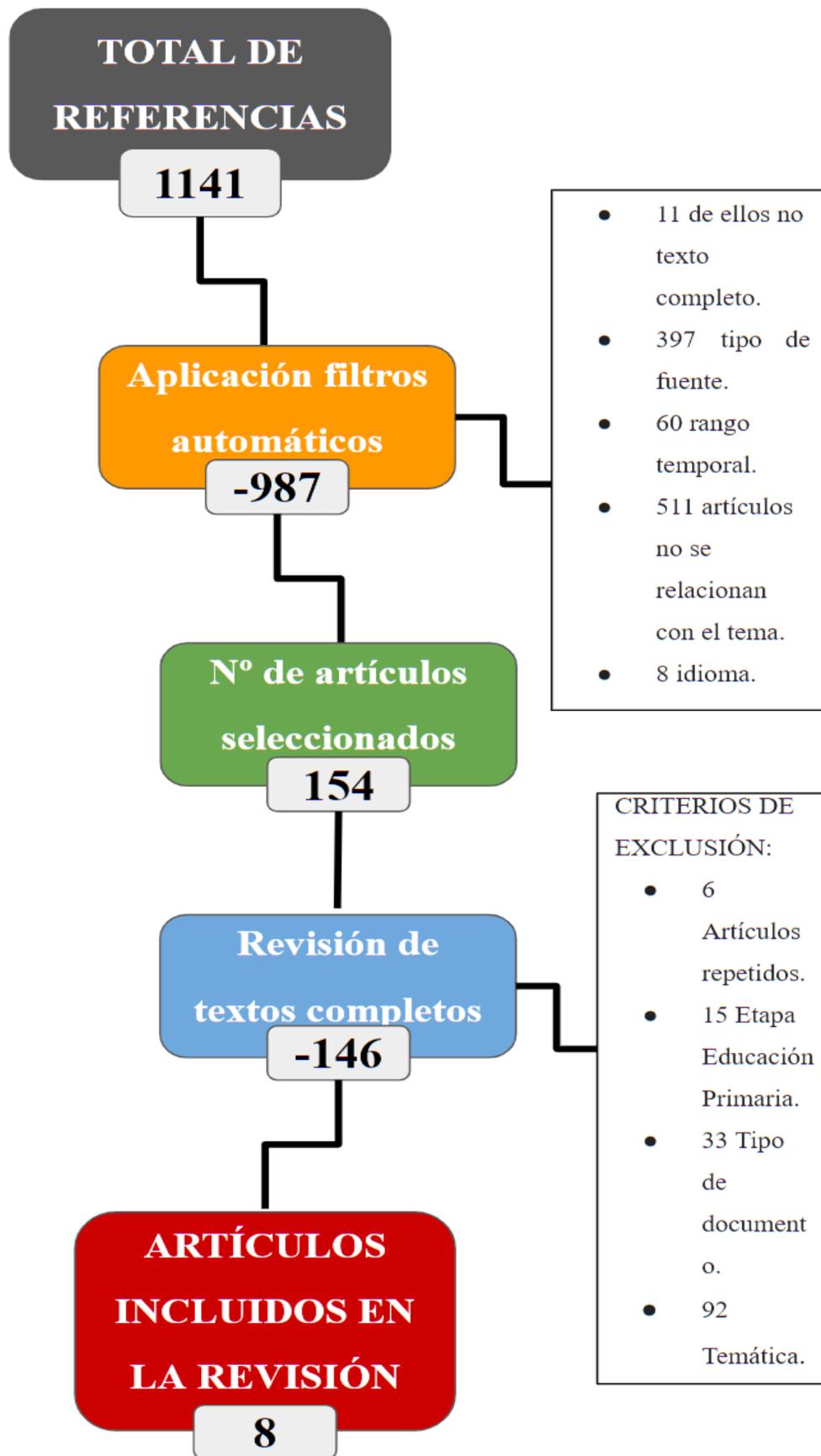
La autoestima positiva como factor protector del acoso escolar en el alumnado de Educación Secundaria.

Finalmente, de esos 1141 artículos encontrados en un primer momento, se han incluido únicamente 8 artículos, que serán los encargados de hacer que podamos continuar con nuestro estudio.

Con el objetivo de representar de forma más esquemática y visible, se ha decidido elaborar el diagrama de flujo ( Figura ), en el cual aparece reflejado de forma resumida los pasos seguidos en los diferentes procesos de búsqueda, para finalmente concretar con los artículos que conforman nuestro estudio. Por otro lado, es importante matizar, que aunque en la figura 1 aparece el número de artículos abarcando todas las bases de datos, nuestro proceso de selección se ha realizado en cada una de las bases de datos especificadas anteriormente de manera individual. Por ejemplo, cuando descartamos un número de artículos, una vez aplicados unos filtros, estamos haciendo referencia a ese descarte abarcando todas las bases de datos que se han empleado para llevar a cabo ese descarte.

Figura 3. Diagrama de flujo.

Fuente: Elaboración propia.



A continuación, se expondrá la forma en la cuál se ha ido realizando la búsqueda en cada una de las bases de datos que se ha trabajado, con el fin de explicar un poco más de forma más detallada el proceso llevado a cabo.

Por un lado, en la base de datos de **Dialnet plus**, una vez introducida la fórmula de búsqueda Autoestima AND acoso escolar OR bullying, el resultado de la búsqueda fue de ciento dos documentos, quedando en ochenta y siete al introducir el criterio de inclusión de texto completo, por lo que un total de quince artículos fueron eliminados con este criterio.

Además, de esos ochenta y siete referencias, solo sesenta artículos eran artículos de revista. De estos sesenta artículos solo un total de treinta y siete referencias estaban relacionadas con la materia de Psicología y Educación. Por lo que con este criterio hemos excluido un total de Veintitrés artículos por no pertenecer al área de estudio que nos hemos planteado anteriormente. De esos treinta y siete artículos, al introducir el filtro de rango temporal (2010-2019), nos hemos quedado con un total de veintisiete artículos, que al introducir el filtro del idioma (español), se nos ha quedado en un total de veintitrés artículos. Por lo tanto, sólo veintitrés artículos fueron incluidos en nuestra lista en un primer momento, de los ciento dos artículos totales que nos habían salido al principio.

Más adelante, se han aplicado los criterios de inclusión y exclusión. Por lo que, de esos veintitrés artículos, solamente nos hemos quedado con dos artículos, los cuales se van a analizar más adelante. En definitiva, siete artículos se han excluido porque no estaban dentro de las edades comprendidas en la ESO o la adolescencia; dos de ellos se han excluido porque hacían referencia a la educación emocional y doce se han descartado porque la temática de estudio que abordaban no se asemejaba con nuestro objeto de estudio.

Por otro lado, en la base de datos de **Redined**, con la utilización de la fórmula de búsqueda: (Autoestima AND acoso escolar OR bullying) AND Educación Secundaria OR ESO, se localizaron un total de quinientos treinta y un documentos.

En un primer momento, al aplicar el filtro de texto completo, la búsqueda se nos acertó a quinientos veintisiete referencias. Con respecto al rango temporal, en la base de datos de Redined ocurre algo peculiar, y es que solo aparecen dos rangos temporales, uno que va desde 1912 hasta 1999 y otro que abarca desde el año 2000 hasta el 2022. Por lo que, en un primer momento, debemos escoger el rango temporal que va desde el año 2000 al 2022, y

La autoestima positiva como factor protector del acoso escolar en el alumnado de Educación Secundaria.

con ello, la búsqueda se nos queda en quinientos seis documentos. A partir de este paso, ya sí podemos escoger el rango de edad que va desde el año 2010 hasta el año 2019, con lo que se nos queda en un total de doscientos cuarenta y cinco artículos. También en el apartado de materias de la base de datos, se escogió la opción de Enseñanza Secundaria, acortándose la búsqueda a un total de treinta y nueve artículos.

Una vez aplicados los criterios de inclusión y exclusión, los resultados fueron los siguientes: dos artículos se excluyeron porque estaban repetidos con la base de datos Proquest, treinta y un artículos se excluyeron porque la temática no estaba relacionada con nuestro objeto de estudio y cinco artículos se excluyeron porque sus estudios no estaban comprendidos entre la etapa de Educación Secundaria o la adolescencia. Por lo que en definitiva, nos hemos quedado con 2 artículos, los cuáles analizaremos de forma más detallada más adelante.

Por último, en la base de datos **Proquest**, tras introducir la fórmula de búsqueda Autoestima positiva AND acoso escolar AND Educación Secundaria, se consiguió un total de quinientos ocho, que al introducir en filtro de texto completo, se quedó en quinientos cuatro. Por lo que con este filtro, cuatro artículos fueron excluidos.

Por otro lado, también se utilizaron otros filtros automáticos, como revistas científicas, rango temporal, idioma y tipo de documento, resultando la búsqueda un total de noventa y dos artículos, por lo que un total de cuatrocientos doce fueron excluidos con estos filtros automáticos.

Finalmente, tras la aplicación de los criterios de inclusión y exclusión, dos artículos se excluyeron porque estaban repetidos con la base de Redined, veintitrés artículos se excluyeron porque sus estudios no estaban abarcados entre la etapa de Secundario o la adolescencia y un total de sesenta y un artículos fueron excluidos porque su temática no se relacionaba con nuestro objeto de estudio.

Por lo que en definitiva, cuatro artículos de la base de datos Proquest, serán analizados posteriormente.

## 7. RESULTADOS.

A continuación, en este apartado se procederá a redactar y analizar los resultados obtenidos tras la realización de la revisión bibliográfica. Analizaremos los diferentes artículos con el fin de observar si realmente una autoestima positiva es un factor protector para los casos de acoso escolar en las edades de la adolescencia.

### Artículo 1.

Tabla 11. El bullying y su vínculo con la personalidad, el rendimiento académico y la autoestima de los adolescentes.

Autor/año	Revista	País	Título	Muestra
Gerenni, F., y Fridman, L. (2015)	Revista de investigación en Psicología Social (PSOCIAL)	Argentina	El bullying y su vínculo con la personalidad, el rendimiento académico y la autoestima de los adolescentes	Una muestra de 354 alumnos de un colegio privado de Rafael Castillo (Provincia de Buenos Aires). La muestra estaba compuesta por alumnos de entre 11 y 18 años

#### **Instrumentos/Método**

- Inventario de los Cinco Grandes / Big Five Inventory (Benet Martinez et al., 1998): se trata de un cuestionario autoadministrable compuesto por 44 ítems.
- Cuestionario Multimodal de Interacción Escolar: está compuesto por 44 ítems, en el que cada pregunta tiene las opciones de respuesta del 1 al 4, siendo el 1 nunca y el 4 muchas veces.
- Escala de Autoestima de Rosenberg / Self Esteem Scale (Rosenberg, 1987): se trata de un cuestionario autoadministrable compuesto por 10 ítems, que tienen el objetivo de evaluar la autoestima.

## La autoestima positiva como factor protector del acoso escolar en el alumnado de Educación Secundaria.

- Escala de Clima Social Familiar/ Family Environment Scale: compuesto por 27 ítems, que persigue el objetivo de observar el clima social que se da en el seno familiar.
- Cuestionario de Rendimiento Académico.

*Fuente: Gerenni y Fridman, (2015). Elaboración propia.*

El objetivo de dicho estudio es estudiar la relación que existe entre el acoso escolar y la autoestima y personalidad de los adolescentes. Centrándonos en la autoestima que es el objeto de estudio, el adolescente que sufre bullying suele manifestar sentimientos de inferioridad, frustración e incapacidad, términos que se relacionan claramente con una baja autoestima. Dicha autoestima baja, puede provocar en las víctimas incluso que se sientan responsables del maltrato que están recibiendo. Los resultados muestran que la relación entre la autoestima y el acoso escolar, es una relación inversa en la que a mayor acoso menor autoestima en el individuo. Por lo que se llega a la siguiente conclusión, que una mayor autoestima, favorece en el individuo aspectos como la seguridad en uno mismo, siendo este aspecto protector del acoso escolar.

### Artículo 2.

Tabla 12. Autoestima, empatía y conducta agresiva en adolescentes víctimas de bullying presencial.

Autor/año	Revista	País	Título	Muestra
Garaigordobil, M., Martínez-Valderrey, V., y Aliri, J. (2013)	European Journal of investigation in health, psychology and education	España	Autoestima, empatía y conducta agresiva en adolescentes víctimas de bullying presencial	La muestra está formada por 178 alumnos, con edades comprendidas entre los 13 y 15 años. Dichos alumnos pertenecen a tres centros educativos de (ESO) de Gipuzkoa.

### Instrumentos/Método

Se utilizaron tres instrumentos de evaluación:

- RSE. Escala de autoestima (Rosenberg, 1965): se encarga de evaluar la autoestima con 10 afirmaciones de las cuales 5 de ellas hacen referencia a positivo y 5 a negativo.
- AVE. Acoso y Violencia Escolar (Piñuel y Oñate, 2006): está compuesto por 50 ítems.
- CAPI-A. Cuestionario de agresividad impulsiva y premeditada en adolescentes (Andreu, 2010): está compuesto por 24 afirmaciones que se evalúa a través de una escala de Likert de 1 a 5 (de muy en desacuerdo a muy de acuerdo).
- IECA. Índice de Empatía para niños y adolescentes (Bryant, 1982): se encarga de evaluar la empatía a través de 22 afirmaciones.

*Fuente: Garaigordobil, Martínez-Valder y Aliri, (2013). Elaboración propia.*

El objetivo que persigue dicho estudio, es mostrar la relación que existe entre el acoso escolar y la autoestima. Los resultados reflejan que los alumnos que sufren bullying suelen tener una baja autoestima, una mayor agresividad y menor empatía, siendo la baja autoestima un predictor de victimización. Por otro lado, los resultados reflejan la ausencia de diferencias de género en la victimización. Además, se confirma que las víctimas tienen menor nivel de autoestima, pero tienen similar nivel de agresividad y empatía que las no víctimas. Dicho estudio, llega a la conclusión de que la mejor forma de prevenir el acoso escolar es construir una buena convivencia y para ello los individuos deben sentirse seguras, dignas de ser valiosas y queridas, es decir, deben tener una valoración positiva de sí mismas, en conclusión deben presentar una autoestima positiva. Para ello, es importante en líneas futuras de investigación, presentar programas que fomenten una autoestima positiva y que realicen observaciones sobre el efecto que tiene en la disminución de conductas violentas.

### Artículo 3.

Tabla 13. La influencia del bullying en la autoestima de los adolescentes.

Autor/año	Revista	País	Título	Muestra
Romero Reignier, V., y Prado Gascó, V.	Calidad de vida y salud.	España	La influencia del bullying en la autoestima de	La muestra está compuesta por 290 estudiantes

J. (2016).			los adolescentes	con una edad comprendida entre los 14 y los 18 años.
------------	--	--	------------------	--

**Instrumentos/Método**

- Cuestionario sobre las variables ( rol de víctima, autoestima, observador y agresor y bullying general), para que posteriormente poder realizar correlaciones.

*Fuente: Romero Reignier y Prado Gascó, (2016). Elaboración propia.*

El objetivo que persigue dicho estudio ha sido el de profundizar en la relación que existe entre el acoso escolar en sus tres formas (agresor, víctima y observador) y la autoestima para que así se puedan dar unos principios con los que poder actuar para así poder evitar daños en el sujeto. Los resultados reflejan que la autoestima se correlaciona de forma significativa y negativa con las tres dimensiones del acoso escolar, y además se destaca que suele ser la dimensión de la víctima la que parece influir de forma directa sobre la autoestima. Por tanto, con dicho trabajo, se ha tratado de concienciar de la importancia de trabajar con las víctimas de acoso escolar para que así en un futuro se pueda evitar a toda costa el deterioro de su autoestima, ya que como consecuencia esto puede repercutir en su bienestar.

Artículo 4.

Tabla 14. Autoestima y empatía en adolescentes observadores, agresores y víctimas del bullying en un colegio del municipio de Chía.

Autor/año	Revista	País	Título	Muestra
Plata Ordoñez, C. N., Riveros Otaya, M. D. C., y Moreno Méndez, J. H. (2010).	Psychologia. Avances de la disciplina	Colombia	Autoestima y empatía en adolescentes observadores, agresores y víctimas del bullying en un colegio del municipio de Chía	La muestra está constituida por un total de 57 estudiantes de un colegio del municipio de Chía. Sus edades están comprendidas entre los 12 y

				los 16 años.
--	--	--	--	--------------

### Instrumentos/Método

Se utilizaron los siguientes instrumentos de evaluación:

- Escala de empatía del cuestionario de conducta prosocial de Gonzales, Martorell y Calvo (1998): se compone de un total de 15 ítems, cuyas respuestas se contestan con una escala de tipo Likert de cuatro opciones.
- Escala de Autoestima de Rosenberg: se trata de un test con 10 preguntas que se puntúan del 1 al 4, lo que finalmente conlleva que se pueda obtener una puntuación que va desde 10 hasta 40.
- Cuestionario secundaria de 12 a 16 años de edad de la UNICEF y La Defensoría del Pueblo en España, (2007): se trata de un cuestionario constituido por 22 preguntas que están organizadas en tres bloques.

*Fuente: Plata Ordoñez, Riveros Otaya y Moreno Méndez, (2010). Elaboración propia.*

El presente estudio ha tenido el objetivo de reflejar la asociación que existe entre la autoestima y la empatía con respecto al Bullying. Los resultados reflejan que el 60% de las víctimas de bullying presentan una autoestima alta, sin embargo, el 40% presentan una autoestima baja. Por otro lado, haciendo referencia a los acosadores, los cuales el 66,7% reflejan una autoestima normal y el 33,3% presentan una autoestima alta. También con dicho estudio, se ha llegado a la conclusión de que a mayor parte de la población tiene una autoestima media. Por lo tanto, la autoestima alta está relacionada con la violencia dentro del centro educativo, ya que esta autoestima suele mantener las conductas disruptivas dentro del colegio.

### Artículo 5.

Tabla 15. De la competencia emocional a la autoestima y satisfacción vital en adolescentes.

Autor/año	Revista	País	Título	Muestra
Flores, M. D. C. R., y Delgado, A. O. (2015).	Behavioral Psychology / Psicología Conductual	España	De la competencia emocional a la autoestima y	La muestra está compuesta por 2400 estudiantes de

			satisfacción vital en adolescentes.	20 centros educativos de Andalucía con edades comprendidas entre los 12 y los 17 años.
--	--	--	-------------------------------------	--

**Instrumentos/Método**

- Escala para la evaluación de la expresión, manejo y reconocimiento de emociones: está formada por 24 ítems que se evalúan a través de una escala Likert que va desde el 1 hasta el 5.
- Escala de empatía: se encarga de medir la comprensión y la percepción de los sentimientos de los demás y está constituida por 22 ítems.
- Escala para la evaluación de la satisfacción vital: consta de 7 ítems que se evalúan a través de una escala Likert del 1 (Totalmente en desacuerdo) y 7 (Totalmente de acuerdo).
- Escala de autoestima: consta de 10 ítems que se evalúan mediante una escala Likert del 1 (totalmente en desacuerdo) y 4 (totalmente de acuerdo).

*Fuente: Flores y Delgado, (2015). Elaboración propia.*

El objetivo que persigue dicho estudio es relacionar la competencia emocional y la autoestima con la satisfacción de los adolescentes y así poder extrapolarlo a los casos de bullying. Los resultados muestran que no todas las competencias emocionales se asocian positivamente con la satisfacción vital y la autoestima. También se ha podido observar, que los chicos suelen presentar una mayor capacidad para poder ir regulando mejor sus ajustes emocionales y sus estados emocionales negativos. Por ello, los chicos han alcanzado unas mayores puntuaciones en autoestima que las chicas, siendo esto un aspecto a destacar, ya que el bullying se da tanto por parte de chicos como de chicas independientemente del sexo.

Artículo 6.

Tabla 16. Adolescentes víctimas de Cyberbullying: prevalencia y características.

Autor/año	Revista	País	Título	Muestra
Estévez, A., Villardón, L., Calvete, E., Padilla, P., y Orue, I. (2010)	Behavioral Psychology / Psicología Conductual	España	Adolescentes víctimas de Cyberbullying: prevalencia y características.	La muestra está formada por un total de 1431 estudiantes con edades comprendidas entre 13 y 17 años.

**Instrumentos/Método**

- Cuestionario de cyberbullying-victimización (CBQ-V): está constituido por 11 ítems y se evalúa a través de la escala de respuesta Likert que va desde 0 (nunca) hasta 2 (a menudo).
- Cuestionario de cyberbullying (CBQ; Calvete et al., 2009): está formado por 16 ítems y su evaluación consiste en una escala Likert desde 0 (nunca) hasta 2 (a menudo).
- Inventario de autoestima de Rosenberg: compuesto por 10 ítems con una evaluación Likert del 1 al 4, siendo el 1 muy de acuerdo y el 4 muy en desacuerdo.
- Subescala de problemas afectivos del “Autoinforme para jóvenes”: presenta una escala Likert de 1 que significa nunca a 3 que significa a menudo.

*Fuente: Estévez, Villardón, Calvete, Padilla y Orue, (2010). Elaboración propia.*

El objetivo que persigue dicho estudio ha sido el de observar el grado de victimización que tienen las víctimas del cyberbullying y en impacto que tiene en su autoestima en función del sexo. Los resultados reflejan que las víctimas y los agresores presentan una autoestima menor que los que no son ni agresores ni víctimas, presentando esto a su vez, una mejor autoestima que los que son agresores o víctimas. Por lo que esto, nos sugiere que la victimización afecta a la autoestima. Además el concepto de ser víctima se refleja negativamente en el concepto de uno mismo, a su autoestima y a la identidad personal del individuo. Nuestra intervención con las víctimas debería ir enfocada a proporcionar herramientas y mecanismos para que aprendan a defenderse de todas esos acosos a los que

## La autoestima positiva como factor protector del acoso escolar en el alumnado de Educación Secundaria.

están sometidos, tanto organizativos, presentándoles aspectos claros de actuación y enseñándoles a informar de ello como de tipo personal, por ejemplo, enseñándole herramientas para poder entrenar y mejorar el autoconcepto para poder mejorar así la seguridad que tienen en ellos mismos y entrenar también sus habilidades sociales.

Artículo 7.

Tabla 17. El acoso escolar en educación secundaria: prevalencia y abordaje a través de un estudio de caso.

Autor/año	Revista	País	Título	Muestra
Sánchez, I. M., Vallejo, E. I. G., y Martínez, R. M. G. (2019).	Comunitania: Revista internacional de trabajo social y ciencias sociales.	España	El acoso escolar en educación secundaria: prevalencia y abordaje a través de un estudio de caso.	La muestra está compuesta por el alumnado, el profesorado y las familias que forman parte de un centro de ESO.

**Instrumentos/Método**

- Cuestionario sobre intimidación y maltrato de entre iguales de secundaria de Ortega, Mora-Merchán y Mora (2005).
- Cuestionario para estudiantes y profesorado sobre el estado inicial de la convivencia escolar de Ortega y Del Rey (2003): se caracteriza por ser anónimo, está compuesto por 25 ítems que se responde mediante la escala Likert.

*Fuente: Sánchez, Vallejo y Martínez, (2019). Elaboración propia.*

El objetivo del estudio ha sido analizar y conocer los datos sobre el acoso escolar en un centro de ESO y conocer lo que piensan tanto los alumnos, como el profesorado y las familias sobre este aspecto. Como resultados, se destaca que el centro educativo ha implantado programas destinados a resolver los conflictos mediante la reflexión y el diálogo. Además, también se plantea mejorar la autoestima y la habilidad de empatía a través del fomento de las habilidades sociales y con la educación emocional. Por ello, es fundamental que nuestro alumnado posea la capacidad para poder considerar las emociones y los sentimientos del resto de individuos ante cualquier tipo de situación conflictiva que se pueda

dar en el centro educativo.

### Artículo 8.

Tabla 18. Análisis diferencial retrospectivo de las variables de salud mental en lesbianas y bisexuales (LGB) víctimas del bullying homofóbico en la escuela.

Autor/año	Revista	País	Título	Muestra
Martxueta, A., y Etxeberria, J. (2014)	Revista de psicopatología y psicología clínica	España	Análisis diferencial retrospectivo de las variables de salud mental en lesbianas y bisexuales (LGB) víctimas del bullying homofóbico en la escuela.	La muestra está comprendida por 119 individuos, de los cuales: 85 varones y 32 mujeres con edades comprendidas entre 17 y 57 años. Aunque nosotros nos centraremos en las edades de la adolescencia.

### **Instrumentos/Método**

- Bem Sex-Role Inventory (Bem, 1974): se trata de un cuestionario compuesto por 60 atributos que se responde con la escala Likert del 1 (nunca) al 5 (siempre).
- Olweus Bully/Victim Questionnaire (Olweus, 1993): consta de 12 ítems, que se encargará de evaluar el nivel de bullying percibido.
- Beck Depression Inventory: se trata de un cuestionario que consta de 13 ítems y permite evaluar los síntomas depresivos de la población de estudio.
- Self-esteem Scale (SES; Rosenberg (1965): se trata de una escala unidimensional formada por 10 ítems que persigue el objetivo de observar si la persona está satisfecha o no consigo misma.
- Positive Affect-Negative Affect Schedule: se encarga de evaluar tanto el afecto positivo como el negativo y está compuesto por 10 ítems.
- Inventario de Situaciones de Respuestas de Ansiedad: consta de 17 ítems que se

responde con la escala Likert y su objetivo es evaluar el nivel de ansiedad.

*Fuente: Martxueta y Etxeberria, (2014). Elaboración propia.*

El objetivo de dicho estudio ha sido observar si los individuos gays, lesbianas o bisexuales que hayan presentado acoso escolar, presentan deterioros en su bienestar psicológico, tanto en su autoestima como en aspectos como la depresión y la ansiedad. Los resultados con respecto a la autoestima, reflejan que los varones que sufren bullying suelen presentar índices más altos de autoestima que las mujeres, acentuándose aún más en las personas gays. Además los resultados también reflejan que las personas que presentan un mayor nivel de autoestima manifiestan menores niveles de depresión y de ansiedad. Por otro lado, dichos individuos también presentan una mejor balanza de afectos y un mejor estado emocional.

## **8. DISCUSIÓN.**

Una vez indagado en los 8 artículos anteriormente citados, extraídos de las diferentes bases de datos trabajadas ( Dialnet plus, Proquest y Redined), nos hemos centrado realmente en analizar los resultados de todos estos artículos, buscando dar respuesta a nuestra pregunta de si realmente una autoestima positiva es un factor protector del acoso escolar en las edades de la adolescencia.

Es importante destacar, que los últimos años el fenómeno bullying y sobre todo el tipo de acoso escolar ciberbullying, está experimentando un auge más que considerable, por la causa principal del desarrollo de las nuevas tecnologías. Por ello, en estas últimas décadas se está experimentando un crecimiento de los estudios referentes a esta temática. Con ello variables como la autoestima, la inteligencia emocional y la empatía entre otras, están experimentando un gran auge en los estudios relacionados con el bullying. Por ello, se hace necesario conocer y comprender los factores y las causas que pueden ejercer como predictoras de un posible caso de bullying, lo que provoca un desequilibrio de las emociones y un descontrol. Consecuentemente, estos desequilibrios pueden provocar actos violentos entre iguales.

Por esta razón, procederemos a establecer comparaciones entre los distintos documentos con el fin de poder dar respuesta a nuestro objetivo general y así poder conseguir unas conclusiones fiables y coherentes.

La autoestima positiva como factor protector del acoso escolar en el alumnado de Educación Secundaria.

En primer lugar, al analizar detalladamente los diferentes artículos, podemos destacar que los instrumentos de evaluación que se utilizan para llevar a cabo el estudio suelen ser muy parecidos, y en algunas ocasiones se suele utilizar el mismo instrumento. Por ejemplo, para la medición del nivel de autoestima de los individuos, en la mayoría de los artículos que hemos trabajado se suele utilizar la escala de autoestima (Rosenberg, 1965). Se trata de un cuestionario autoadministrable compuesto por 10 ítems y se suele utilizar en los estudios por su sencillez de respuesta y porque tampoco existen en la actualidad demasiadas alternativas para medir el nivel de autoestima.

Por otro lado, destacar que la muestra que se ha trabajado en los diferentes artículos se caracteriza por: en los estudios nacionales (España), en la mayoría de los artículos se suele trabajar en centros de educación secundaria (ESO), lo que conlleva que se trabaje con edades comprendidas entre los 13 y los 16 años; sin embargo en los artículos extranjeros, la muestra se caracteriza por llevarse a cabo con individuos con edades comprendidas entre los 11 y los 17 años, por lo que estarían dentro de la adolescencia. Esto se debe a que no en todos los países existe la educación secundaria como tal, por ello se ha decidido introducir también el filtro de adolescencia en las diferentes búsquedas realizadas.

Con respecto a nuestro tema de estudio, sin duda, existen artículos que están más relacionados que otros, estos son los siguientes: el de Gerenni y Fridman, (2015); Garaigordobil, Martínez-Valder y Aliri, (2013); Romero Reignier y Prado Gascó, (2016), ya que su objetivo principal de estudio ha sido el de reflejar si realmente una autoestima positiva influye en los casos de acoso escolar. Los tres artículos, llegan a la misma conclusión, y es que la mejor forma de prevenir el acoso escolar es la formar una buena convivencia y para ello los individuos deben sentirse seguras, dignas de ser valiosas y queridas, es decir, deben tener una valoración positiva de sí mismas, en conclusión deben presentar una autoestima positiva. Por ello, es fundamental trabajar la autoestima de nuestro alumnado desde edades muy tempranas, para que así en un futuro se pueda prevenir los casos de bullying.

El artículo elaborado por Plata Ordoñez, Riveros Otaña y Moreno Méndez, (2010), trata de reflejar la diferencia que existe en el tipo de autoestima que tiene cada individuo que está involucrado en los casos de bullying y los individuos que no han sufrido bullying. Con dicho estudio hemos podido observar, que realmente tanto los agresores como las víctimas suelen presentar una autoestima más baja que una persona que no esté involucrada en el bullying.

El artículo elaborado por Flores y Delgado, (2015), se centra más en reflejar el nivel de autoestima que tienen las víctimas en función del sexo, llegando a la conclusión de que los varones suelen presentar una mayor autoestima que las mujeres que sufren bullying.

Por último, artículos como el de Estévez, Villardón, Calvete, Padilla y Orue, (2010); Martxueta y Etxeberria, (2014); y Sánchez, Vallejo y Martínez, (2019), se centran más en poner ejemplos de distintos programas que podrían llevar a cabo para que tanto la víctima como el agresor mejore tanto su nivel de autoestima, como su inteligencia emocional y la empatía entre otras variables, para que así puedan disminuir los casos de acoso escolar.

## 9. CONCLUSIÓN.

En primer lugar, es necesario hacer hincapié en el objetivo general que hemos perseguido a través de nuestra investigación, siendo este el siguiente: Analizar la relación que existe entre un nivel adecuado de autoestima y una reducción del acoso escolar. Los objetivos específicos que hemos planteado anteriormente, trataremos de darle respuesta a continuación:

- Aclarar si una autoestima positiva puede ser considerada un factor de protección ante el acoso escolar.

En los diferentes artículos abordados, se refleja claramente que los individuos que presentan una autoestima positiva suelen ser menos propensos a adquirir conductas violentas y con ello las víctimas que presentan una autoestima alta suelen recibir menos acoso, ya que en muchas ocasiones, al estar seguro de ellos mismos, los agresores perciben que realmente sus conductas no le están proporcionando daños a la víctima, por lo que suelen detener sus conductas violentas.

- Comprender los aspectos positivos que puede tener una autoestima positiva en convivencia escolar.

En la mayoría de los estudios analizados, aparece reflejado que una autoestima positiva tiene aspectos positivos como menores niveles de depresión y de ansiedad, presentando además una mejor balanza de afectos y un mejor estado emocional. Además una autoestima positiva mejora el concepto de uno mismo y a la identidad personal del de esa persona. Todos estos aspectos que hemos mencionado

La autoestima positiva como factor protector del acoso escolar en el alumnado de Educación Secundaria.

anteriormente sin duda, si se trabajan bien y los individuos lo adquieren, serían factores protectores contra el acoso escolar.

- Examinar un conjunto de artículos con el objetivo principal de constatar la efectividad, o no, de una autoestima positiva como factor de protección frente al bullying.

En numerosos estudios, que hemos trabajado anteriormente, se ha podido observar cómo realmente una autoestima positiva favorece que haya menos casos de acoso escolar. Por ello, es fundamental trabajar tanto la autoestima como la inteligencia emocional entre otras desde edades tempranas para que así crean su propia personalidad y en un futuro se sientan seguros de ellos mismos, reduciendo así considerablemente los casos de bullying.

Por ello, se hace imprescindible promover el desarrollo de una autoestima positiva como factor muy importante para poder llegar a establecer relaciones interpersonales satisfactorias y positivas, y con ello, poder llegar a disminuir las conductas violentas y disruptivas, como el caso del bullying. En los diferentes documentos se ha podido observar que una autoestima positiva favorece que se establezcan vínculos emocionales satisfactorios entre los diferentes individuos. De hecho, además se ha podido observar como el hecho de contar con un autoestima positiva, unas habilidades sociales y una buena inteligencia emocional favorece a responder de forma asertiva ante los episodios de frustración y, por consiguiente, evitan una respuesta negativa ante las mismas.

Es importante, al observar los resultados que hemos podido recopilar a partir de los diferentes artículos, que desarrollemos estrategias que fomenten tanto la inteligencia emocional como la autoestima, para poder conseguir como un método que nos sirva para poder prevenir situaciones de acoso escolar y poder intervenir ante las mismas. Además tiene puntos positivos para las víctimas como una mejora en el afrontamiento de situaciones de aislamiento o rechazo ; y también tener una autoestima positiva en los acosadores, les ayudaría a adquirir unas competencias emocionales necesarias para eliminar o reducir las situaciones de acoso o intimidación.

### **Limitaciones de la Investigación.**

Una vez llevada a cabo la búsqueda por las diferentes bases de datos que hemos

La autoestima positiva como factor protector del acoso escolar en el alumnado de Educación Secundaria.

utilizado, se ha podido observar la gran información que existe acerca del bullying, sin embargo si le introducimos la variante de autoestima en la búsqueda, la cosa cambia. Al introducir la fórmula de búsqueda en la base de datos me ha costado encontrar información para el análisis de datos relacionada con la autoestima positiva como factor protector del acoso escolar, porque no aparecía la autoestima positiva como tal relacionándola con el bullying.

**Futuras investigaciones**

Con el paso de los años, sin duda el papel que está teniendo tanto la inteligencia emocional como la autoestima están en auge, refiriéndonos a los estudios que se están desarrollando. Sin embargo, en la actualidad, nuestro estudio ha estado un poco limitado, ya que no existe una gran cantidad de estudios que reafirmen de forma más empírica si realmente la autoestima es un factor protector. Por ello, es importante estar atentos a todos los estudios que se vayan publicando durante esta década, para poder ir constatando los datos.

**10. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.**

- Acosta, R. (2004). *La autoestima en la educación*. Límite: revista de filosofía y psicología, 1 (11), 86-99.
- Alcántara, J. A. (1990). *Cómo educar la autoestima: métodos, estrategias, actividades, directrices adecuadas: programación de planes de actuación*. Barcelona: Ediciones CEAC.
- Alcántara, J.A., (2003). *Educar la autoestima*. Barcelona: CEAC.
- Alcántara, J. A. (2005). *Educar la autoestima*. Barcelona: CEAC
- Avilés, J. et al. (2006). *El maltrato entre iguales: "Bullying"*. Revista Behavioral Psychology/Psicología Conductual, 19(1), 57-90.
- Branden, N. (1993). *El respeto hacia uno mismo*. Barcelona: Paidós.
- Branden,N.(2002). *La psicología de la autoestima*. Buenos Aires, Argentina: Ediciones Paidós Ibérica, S. A.
- Branden, N. (2011). *Los Seis Pilares de la Autoestima*. Madrid: Paidós.
- Burns D. (1985). *Feeling Good*. Nueva York: Signet
- Calderero, M., Salazar, I.C., y Caballo, V.E. (2011). *Acoso escolar y ansiedad social en niños (I): análisis de su relación y desarrollo de nuevos instrumentos de evaluación*. Revista Internacional de psicología clínica y de la salud, 19(3), 591- 609.
- Camargo (1994). *Autoestima*. Punto de partida. Madrid: Utopía.
- Carbajal, P. (2013). *Convivencia democrática en las escuelas. Apuntes para una reconceptualización*. Revista Iberoamericana de Evaluación Educativa, 6(2), 13- 35.
- Cava, M. Buelga, S., Musitu, G, y Murgui, S. (2010). *Violencia escolar entre adolescentes y sus implicaciones en el ajuste psicosocial: un estudio longitudinal*. *Revista de Psicodidáctica*. Madrid.p.21
- Cerezo, F. (2001). *Variables de personalidad asociadas a la dinámica Bullying (agresores versus víctimas) en niños y niñas de 10 a 15 años*. *Anales de Psicología*, 17(1), 37-43.
- Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self steem*. San Francisco: Freeman & company.
- Cuevas, F.J., (2006). *Trabajando desde las redes comunitarias para la resolución de conflictos en la escuela*. Comunicación presentada en las II jornadas internacionales sobre políticas educativas para la sociedad del conocimiento. Granada

La autoestima positiva como factor protector del acoso escolar en el alumnado de Educación Secundaria.

- Delors, J. (1996). *La educación encierra un tesoro*. Informe de la UNESCO de la Comisión Internacional sobre Educación para el Siglo XXI. Madrid, España: Santillana
- Duclos, G. (2011). *La autoestima, un pasaporte para la vida*. Madrid: Edaf.
- Enríquez, M., y Garzón, F. (2015). El acoso escolar. *Saber, Ciencia Y Libertad*, 10(1), 209-234. <https://doi.org/10.18041/2382-3240/saber.2015v10n1.983>
- Estévez, A., Villardón, L., Calvete, E., Padilla, P., y Orue, I. (2010). Adolescentes víctimas de cyberbullying: prevalencia y características. *Psicología conductual*, 18(1), 73.
- Fajardo, E. (2016). *Hacia la caracterización de los valores democráticos y ciudadanos de las niñas y niños escolares: una mirada desde la filosofía para niños*. Revista Amauta, (27), 71-86. [doi.org/10.15648/am.27.2016.7](https://doi.org/10.15648/am.27.2016.7)
- Feldman, J. (2005). *“Autoestima ¿cómo desarrollarla?”* (3a. Ed.) Madrid, España: NARCEA, S.A. de EDICIONES
- Fierro-Evans, C., y Carbajal-Padilla, P. (2019). *Convivencia escolar: Una revisión del concepto*. Psicoperspectivas, 18(1), 1-19. [doi.org/10.5027/psicoperspectivasvol18-issue1-fulltext-1486](https://doi.org/10.5027/psicoperspectivasvol18-issue1-fulltext-1486)
- Flores, M. D. C. R., y Delgado, A. O. (2015). De la competencia emocional a la autoestima y satisfacción vital en adolescentes. *Psicología conductual*, 23(2), 345.
- Gálvez, A. (2002). Revisión bibliográfica: usos y utilidades. *Matronas profesión*, (10), 25-31
- Garaigordobil, M. (2011). *Prevalencia y consecuencias del cyberbullying: una revisión*. International Journal of Psychology and Psychological Therapy, 11(2), 233-254
- Garaigordobil, M., Martínez-Valderrey, V., y Aliri, J. (2013). Autoestima, empatía y conducta agresiva en adolescentes víctimas de bullying presencial. *European Journal of investigation in health, psychology and education*, 3(1), 29-40.
- García, M. (2013). *Convivencia Escolar: Educación Social en las escuelas*. Revista de Educación Social, (16), 1-20
- García-Montañez, M.V., y Ascensio, C.A. (2015). *Bullying y violencia escolar: diferencias, similitudes, actores, consecuencias y origen*. Revista Intercontinental de Psicología y Educación, 17(2), 9-38.

## La autoestima positiva como factor protector del acoso escolar en el alumnado de Educación Secundaria.

- García-Raga, L., y López-Martín, R. (2009). *Convivir en la escuela*. Una propuesta para su aprendizaje por competencias. *Revista de Educación*, (356), 531-555.
- Gázquez, J., Pérez, M., Ruiz, M., Miras, F. y Vicente, F. (2006). *Estrategias de aprendizaje en estudiantes de enseñanza secundaria obligatoria y su relación con la autoestima*. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 6 (1), 51-62.
- Gázquez, J.J., Pérez-Fuentes, M.D.C., Carrión, J.J., y Santiuste, V. (2010). Estudio y análisis de conductas violentas en Educación Secundaria en España. *Universitas Psychologica* 9(2), 371-380.
- Gerenni, F., y Fridman, L. (2015). El Bullying y su vínculo con la personalidad, el rendimiento académico y la autoestima de los adolescentes. *{PSOCIAL}*, 1(3), 71-82.
- Godás, A., Santos, M. A., y Lorenzo, M. M. (2008). *Convivir en los centros educativos. ¿Cómo lo ven los alumnos, padres y profesores?* Bordón. *Revista de pedagogía*, 60(1), 41-58
- Gómez Rivas, F. (2011). *La normativa sobre convivencia escolar en España*. Ministerio de Educación. Madrid. *Revista Amazónica*, volumen 6 (1), 149 – 185
- Güell, Manuel y Muñoz, Josep. (2000). *Desconóctete a ti mismo. Programa de alfabetización emocional*. Barcelona: Paidós. P-118.
- Hattie, J. (1992). *Self-concept*. New York: Erlbaum
- Hernández, M.A. y Solano, I.M. (2007) *Ciberbullying, un problema de acoso escolar/Cyberbullying, a bullying problem*). RIED. *Revista Iberoamericana de Educación a Distancia* (10)1, 17-36
- James, W. (1990). *Principios de Psicología*. México: F.C.E.
- Jurado, P. (2015). *Las conductas disruptivas y los procesos de intervención en la educación secundaria obligatoria*. Universidad Autónoma de Barcelona. *Boletín virtual*, volumen 4 (12).
- Kowalski, R., Limber, S., y Agatston, P. (2010). *Cyber Bullying: El acoso escolar en la era digital*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Ley Nº 106. Boletín Oficial del Estado, España, Madrid, 04 de mayo de 2006.
- Ley Nº 287. Boletín Oficial del Estado, España, Madrid, 01 de diciembre de 2005
- Ley Nº 301. Boletín Oficial del Estado, España, Madrid, 17 de diciembre de 2005.

La autoestima positiva como factor protector del acoso escolar en el alumnado de Educación Secundaria.

- Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la Mejora de la Calidad Educativa Boletín Oficial del Estado, 295, de 10 de diciembre de 2013, 1-64. Recuperado de <https://www.boe.es/buscar/pdf/2013/BOE-A-2013-12886-consolidado.pdf>
- Luna, R. A. (2014). *Cyberbullying: acoso utilizando medios electrónicos*. Revista Digital Universitaria, 15(1), 1607–6079.
- Martínez-Otero, V. (2001). *Convivencia escolar: problemas y soluciones*. Revista Complutense de Educación, 12(1), 295-318.
- Martxueta, A., y Etxeberria, J. (2014). Análisis diferencial retrospectivo de las variables de salud mental en lesbianas, gays y bisexuales (LGB) víctimas de bullying homofóbico en la escuela. *Revista de psicopatología y psicología clínica*, 19(1), 23-35
- Mendoza, E. (2012). *Acoso cibernético o cyberbullying: Acoso con la tecnología electrónica*. Pediatría de México, 14(3), 133-146.
- Naranjo, M. L. (2007). *Autoestima: Un factor relevante en la vida de la persona y tema esencial del proceso educativo*. Revista Electrónica publicada por el Instituto de Investigación en Educación, 7 (3), 1-27.
- Olweus, D. (1993). Acoso escolar, “bullying”, en las escuelas: hechos e intervenciones. *Centro de investigación para la Promoción de la Salud, Universidad de Bergen, Noruega*, 2, 1-23.
- Olweus, D., Limber, S., y Mihalic, S. (1999). *The bullying prevention program: Blueprints for violence prevention*. Boulder, CO: Center for the Study and Prevention of Violence
- Ortega, P., Mínguez, R. y Rodes, M. L. (2001). *Autoestima: un nuevo concepto y su medida*. Teoría de la Educación, 12, 45-66.
- Ortega-Ruiz, R. (2000). *La convivencia escolar. Qué es y cómo abordarla*. Sevilla: Consejería de Educación y Ciencia, Junta de Andalucía.
- Ortega, R., y Del Rey, R. (2004). *Construir la convivencia*. Barcelona: EDEBE.
- Ortega, R., (2006). *La convivencia: un modelo para la prevención de la violencia*.
- Palacios, J. (2000). *Desarrollo del Yo*. Madrid: Ariel.
- Pérez-Fuentes, M. C., Gázquez, J.J., Fernández, R.J. y Molero, M.M. (2011). Análisis de las publicaciones sobre convivencia escolar en una muestra de revistas de educación en la última década. *Aula abierta*, (2), 81-90

La autoestima positiva como factor protector del acoso escolar en el alumnado de Educación Secundaria.

- Plata Ordoñez, C. N., Riveros Otaya, M. D. C., y Moreno Méndez, J. H. (2010). Autoestima y empatía en adolescentes observadores, agresores y víctimas del bullying en un colegio del municipio de Chía. *Psychologia. Avances de la disciplina*, 4(2), 99-112.
- Ramírez, F. C., y Hernández, F. J. R. (2017). *Medidas relativas al acoso escolar y ciberacoso en la normativa autonómica española*. Un estudio comparativo. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, volumen 20 (1), 113-126.
- Real Academia Española. (2014). *Diccionario de la Lengua Española* (23ª ed.).
- Real Decreto N° 12. Boletín Oficial del Estado, España, Madrid, 13 de enero de 2018.
- Real Decreto N° 64. Boletín Oficial del Estado, España, Madrid, 15 de mayo de 2007.
- Rodríguez, M; Pellicer, y Domínguez, M. (1988). *Autoestima clave del éxito personal*. México: Manual Moderno
- Romero Reignier, V., y Prado Gascó, V. J. (2016). La influencia del bullying en la autoestima de los adolescentes.
- Rosenberg, M. (1965). *La autoimagen del adolescente y la sociedad*. Buenos Aires: Paidós.
- Rosenberg, M. y Simmons, R. G. (1972). *Black and White self-esteem: The urban school*. American Sociological Association, Washington, DC: Arnold & Caroline.
- Sánchez, I. M., Vallejo, E. I. G., y Martínez, R. M. G. (2019). El acoso escolar en educación secundaria: prevalencia y abordaje a través de un estudio de caso. *Comunitania: Revista internacional de trabajo social y ciencias sociales*, (17), 71-91.
- Sandoval, M. (2014). *Convivencia y clima escolar: claves de la gestión del conocimiento*. Última Década, 22(41). doi.org/10.4067/S0718-22362014000200007
- Satir, V. (1980). *Psicoterapia familiar conjunta*. México: Prensa Médica Mexicana
- Servicio de Prevención de Riesgos Laborales de la Universidad de La Rioja. (2017). Protocolo de la Universidad de La Rioja para la prevención y respuesta ante el acoso. Universidad de La Rioja: Iberus. Campus de Excelencia Internacional.
- Thomen, M. (2019). *Los 5 tipos de autoestima y sus características*. *Psicología-Online*, 6
- Tierno, B (2011). *Club optimista vital*.

La autoestima positiva como factor protector del acoso escolar en el alumnado de Educación Secundaria.

- Voli, F. (1996). *La autoestima del profesor*. Manual de reflexión y acción educativa. Madrid: PPC.
- Wells, E.L. y Marwell, G. (1976). *Self-esteem: its conceptualization and measurement*. Beverly Hills: Sage.
- Zavala, M. A. y López, I. (2012). *Adolescentes en situación de riesgo psicosocial: ¿Qué papel juega la Inteligencia Emocional?* Behavioral Psychology/Psicología Conductual: Revista Internacional Clínica y De La Salud, 20(1), 59-75.