

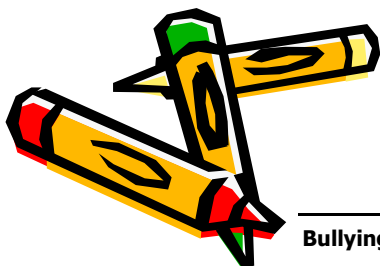
BULLYING: VIOLENCIA EN ADOLESCENTES Y JÓVENES

Seminario juventud y violencia.
Montevideo, julio 2009



LOS AGRESORES PUEDEN SER
MUY VARIADOS, PERO TODOS
TIENEN EN COMÚN QUE...

"HAY ALGO O ALGUIEN QUE LES HACE
SENTIRSE INSEGUROS, DE MANERA QUE
ELLOS AGREDEN , PARA SENTIRSE
MEJOR CON ELLOS MISMOS"



CARACTERÍSTICAS DEL AGRESOR

PERSONALIDAD

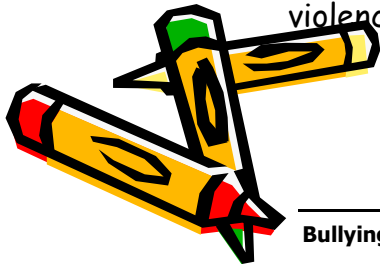
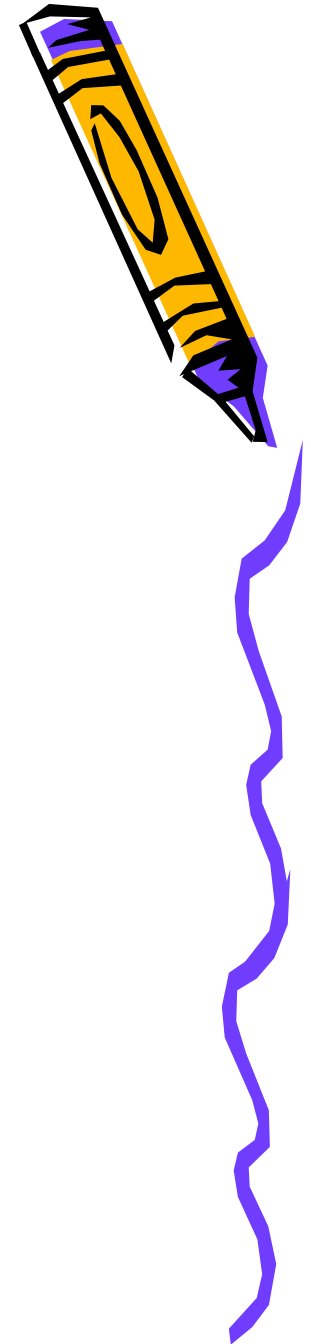
- Agresivo e impulsivo
- Falta de empatía
- Poco control de la ira
- Autosuficiente
- Falta de sentimiento de culpa
- Baja tolerancia a la frustración
- Poco reflexivo
- Dificultad para aceptar normas
- Déficit en habilidades sociales y resolución de conflictos.
- Necesidad de tener poder, de dominio, de sentirse superior.
- Percepción errónea de la intencionalidad de los demás: siempre de conflicto y de agresión hacia él.
- Actitud positiva delante de la violencia.

ASPECTOS FÍSICOS

- Sexo masculino
- Físicamente más fuertes

ÁMBITO SOCIAL Y FAMILIAR

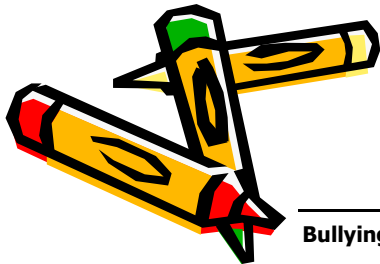
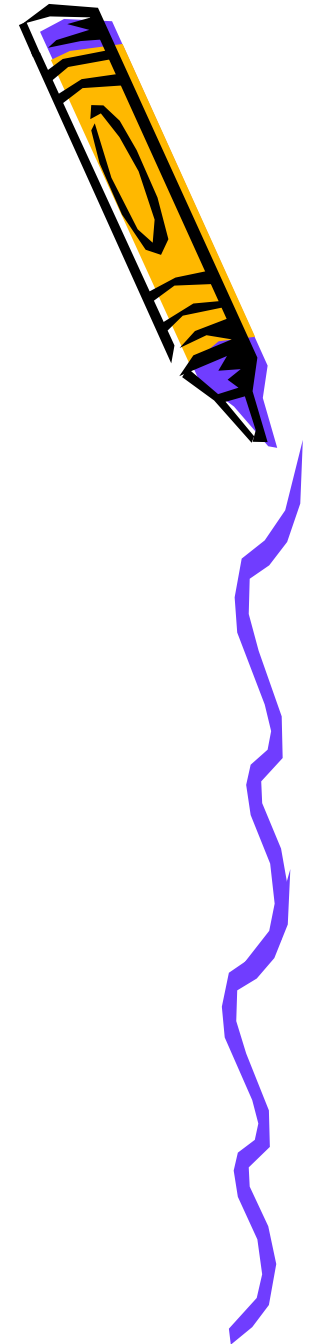
- Dificultades de integración social y escolar
- Bajo interés por la escuela
- Falta de fuertes lazos familiares
- Permisividad familiar respecto al acceso del niño o joven a la violencia
- Puede sentir que padres o profesores no le "prestan atención"
- Ha visto a sus padres o hermanos mayores a obtener lo que desean utilizando métodos agresivos.
- Él sufre o ha sufrido agresiones de otro chico, hermano, padres,...



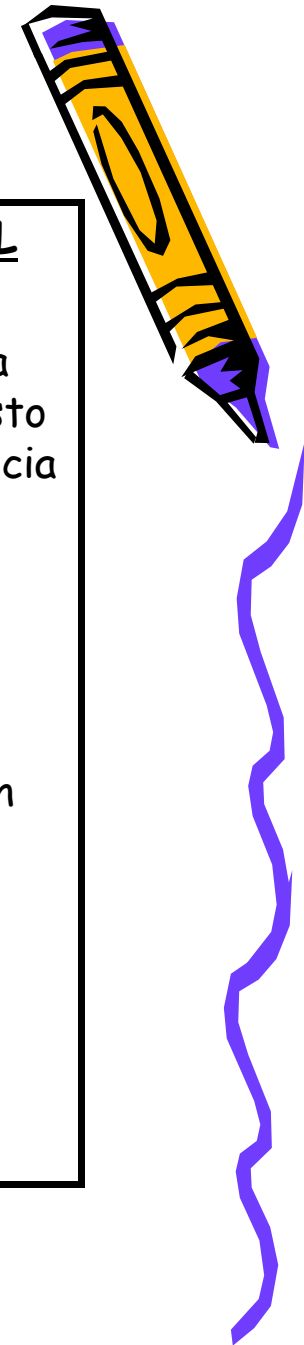
NO SIEMPRE EL AGRESOR ES
TAN CONFLICTIVO COMO SE
PRODRIA DEDUCIR DE ESTAS
CARACTERÍSTICAS

A VECES

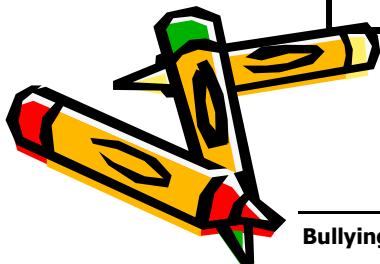
LA PRESIÓN DE GRUPO ES MUY
IMPORTANTE



CARACTERÍSTICAS DE LA VÍCTIMA



<u>PERSONALIDAD</u>	<u>ASPECTOS FÍSICOS</u>	<u>ÁMBITO SOCIAL</u>
<ul style="list-style-type: none">-Inseguridad-Baja autoestima-Ansiedad-Débiles, sumisos-Tímidos, introvertidos.-Dificultades para relacionarse y falta de habilidades sociales-Indefensión aprendida (experiencias previas)	<ul style="list-style-type: none">-Frecuentemente hombre-Menos fuertes físicamente-Características físicas (gafas, obesidad, pertenece a alguna minoría,...)	<ul style="list-style-type: none">-Dificultades para hacer amigos (esto provoca dependencia de los demás y predispone a la sumisión y victimización)-Poco populares en clase.

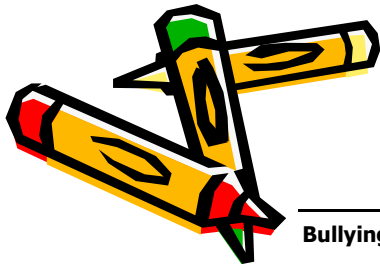


TIPOS DE AGRESORES



⇒ **ACTIVO** . Se relaciona directamente con la víctima

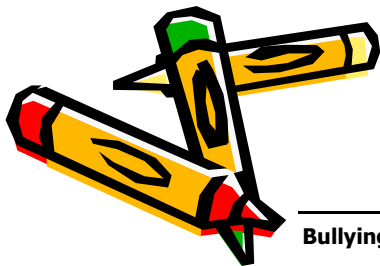
⇒ **INDIRECTO O PASIVO** . Incita a los demás para que realicen actos de violencia contra sus víctimas



TIPOS DE VÍCTIMAS

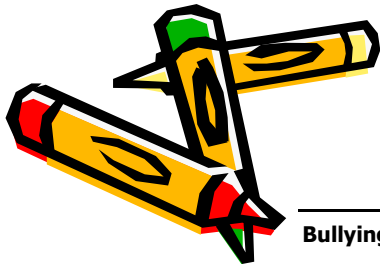
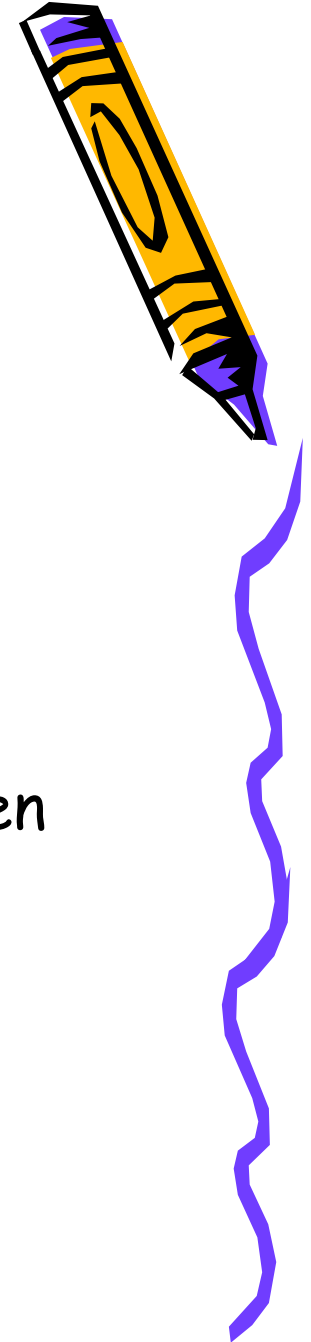
⇒ **ACTIVA Y PROVOCATIVA.** Es poco frecuente. Generalmente son alumnos con problemas de concentración que molestan a los que están a su alrededor.

⇒ **PASIVA.** Es la más frecuente. Son inseguros y callan delante de la agresión.



TIPOS DE ESPECTADORES

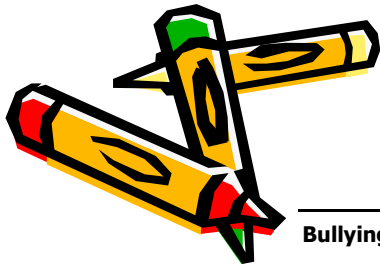
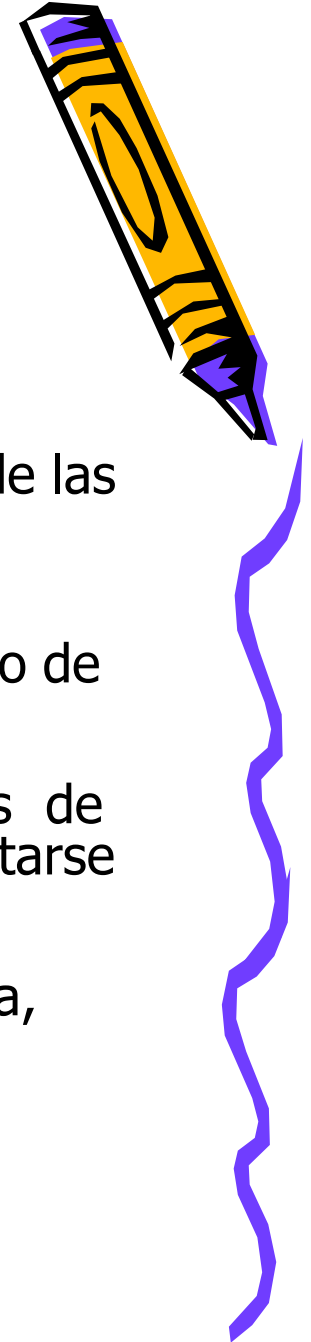
- ❖ Alumnos que se ponen del lado del agresor para "sentirse más fuertes" (ponerse del lado de la víctima les hace sentirse débiles).
- ❖ Alumnos que se lo pasan bien con las agresiones
- ❖ Alumnos que piensan que protestar no sirve de nada.
- ❖ Alumnos que tienen miedo y piensan que si lo dicen serán los siguientes.
- ❖ Alumnos que toleran los malos tratos



AGRESIÓN/ BULLYING?

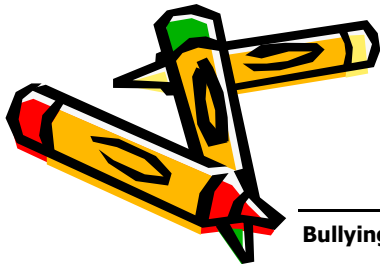
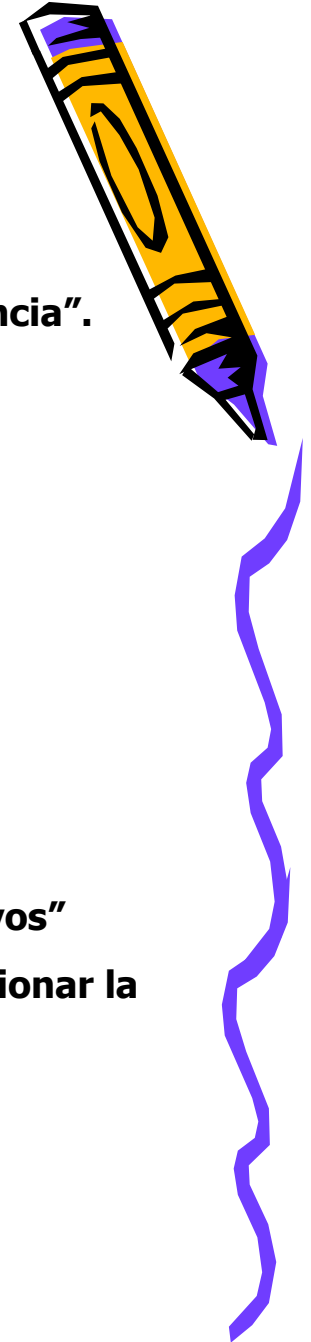
NO ES BULLYING

- ❑ Los problemas generales de **indisciplina** (incumplimiento de las normas generales del centro).
- ❑ **Conducta antisocial** (indiferencia grave hacia las normas sociales. –mentiras, robos, falsificación de firmas, consumo de tóxicos, etc.)
- ❑ **Conductas disruptivas** (comportamientos impulsivos, faltos de motivación por modificarlos. –molestar, interrumpir, levantarse sin permiso, etc.)
- ❑ **Desinterés académico** (comportamientos de apatía, desidia, etc)



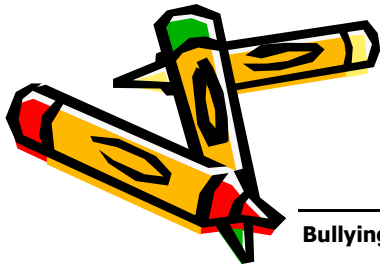
BULLYING: UN PROBLEMA IMPORTANTE?

- “Estp del bullying ha existido siempre ... i no se le ha dadp tanta importancia”.
- “Nosotros también lo sufrimos ... y aquí estamos”.
- “El bullying es parte de la vida y hay que aceptarlo”
 - “Eso es cosa de niños”
 - “No les hagas caso !”
 - “Defiéndete ... pégale tú también”
 - “El bullying te hace más fuerte ... así espabilarás”
 - “Sólo estábamos jugando!”
 - “La violencia en la televisión hace a los chicos/as violentos”
 - “En mi centro no hay bullying ... eso pasa en centros de barrios conflictivos”
- “Los agresores son gente fuerte y necesitamos gente fuerte que haga funcionar la sociedad” .



CARACTERÍSTICAS DEL BULLYING

- Ha de existir una víctima (indefensa) atacada por un agresor (abusador) o grupo de agresores (matones)
- Ha de existir una desigualdad de poder (desequilibrio de fuerzas) entre el más fuerte y el más débil
- La acción agresiva ha de ser:
 - ✓ Repetida
 - ✓ Suceder durante un largo periodo de tiempo.



TIPOS DE BULLYING



FÍSICO: empujones, patadas, puñetazos, agresiones con objetos.



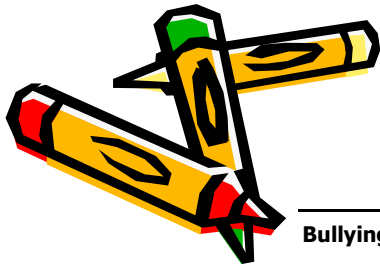
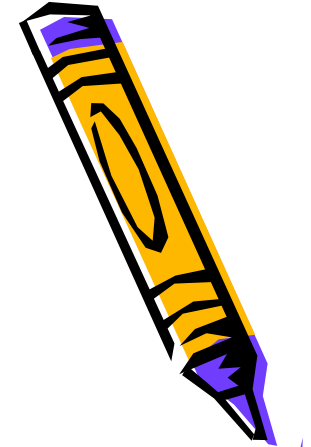
VERBAL: Insultos, apodos. Hacen patentes defectos físicos o de acción , etc.



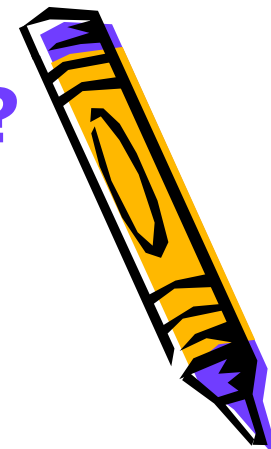
PSICOLÓGICO: acciones encaminadas a minar la autoestima del individuo y fomentar la sensación de temor e inseguridad.



SOCIAL: quiere aislar al individuo respecto al grupo

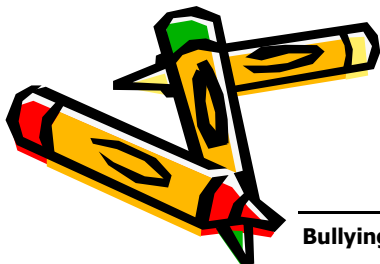


QUÉ SABEMOS SOBRE EL BULLYING? (I)



- Los malos tratos entre iguales es un fenómeno general que se produce en todos los países, CCAA, provincias, etc.
- Aparecen una serie de tendencias en lo que se refiere al género, al curso escolar o la edad, el tipo de abuso más frecuente y el lugar donde se produce.

Ref: J. Colell i C. Escudé -La violència entre iguals a l'escola. 2002



QUÉ SABEMOS SOBRE EL BULLYING? (II)

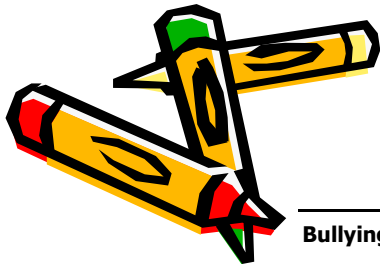


Referente al género:

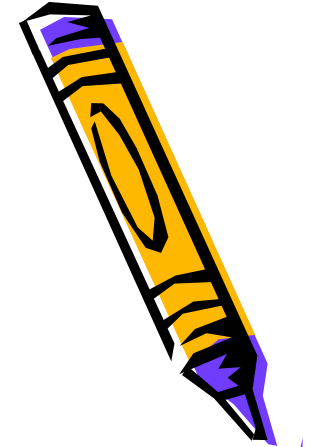
- Los chicos tienen más participación tanto en el papel de agresor como de víctima
- La forma más usual de abuso perpetrado por chicos son formas directas (pegar, amenazar, insultar...) mientras que las chicas utilizan mayormente las formas indirectas (hablar mal, hacer correr rumores, excluir, etc.)

Referente a la edad:

- El momento de mayor incidencia en las conductas de bullying se sitúa entre los 11 y 14 años; a partir de aquí va disminuyendo a medida que aumenta la edad.



QUÉ SABEMOS SOBRE EL BULLYING? (III)

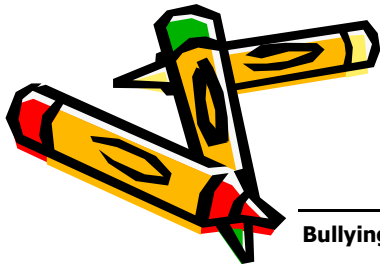


Referente al tipo de abuso más frecuente:

- En primer lugar se sitúa el maltrato verbal (insultos, apodos, etc), seguido por el físico (peleas, golpes) y en tercer lugar el maltrato por aislamiento social (ignorar, rechazar, etc).

Referente al lugar donde se produce:

- En primaria, el lugar más frecuente es el patio
- En secundaria se diversifica, aumentando la frecuencia en los pasillos y las aulas



FACTORES CAUSALES O FAVORECEDORES EN EL ÁMBITO FAMILIAR I

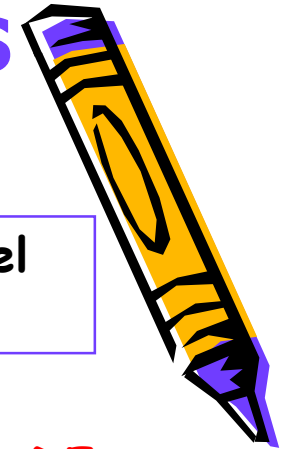
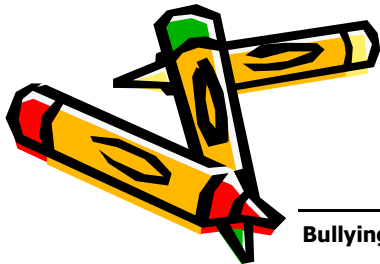
◆ El contexto familiar tiene una importancia fundamental para el aprendizaje de las formas de relación interpersonal

FACTORES DECISIVOS PARA EL DESARROLLO DE UN MODELO DE REACCIÓN AGRESIVA.(OLWEUS, 1998)

→ ACTITUD EMOTIVA DE LOS PADRES

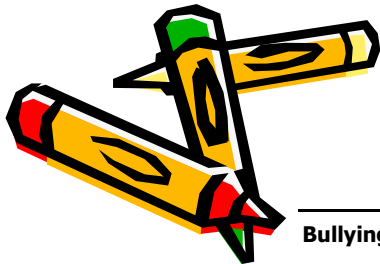
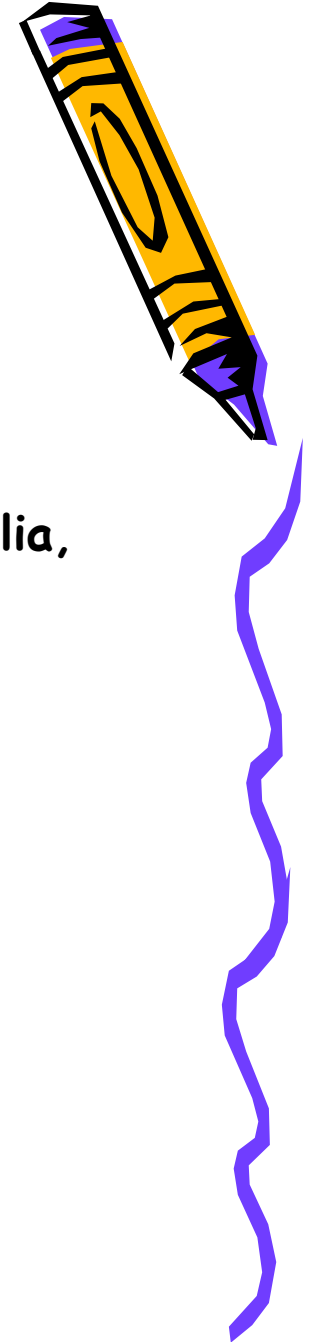
→ GRADO DE PERMISIVIDAD DE LOS PADRES HACIA LA CONDUCTA AGRESIVA

→ MÉTODOS DE AFIRMACIÓN DE LA AUTORIDAD



OTROS FACTORES CAUSALES O FAVORECEDORES EN EL ÁMBITO FAMILIAR II

- ❖ La supervisión de las actividades que los chicos/chicas hacen fuera de la escuela (qué hacen y con quien van)
- ❖ Las relaciones que se establecen entre los adultos de la familia, los conflictos y discusiones.
- ❖ El uso y el tiempo que se hace de determinados programas pueden elevar el grado de agresividad.
- ❖ La presencia de un padre alcohólico y agresivo es también un elemento muy importante.
- ❖ ...



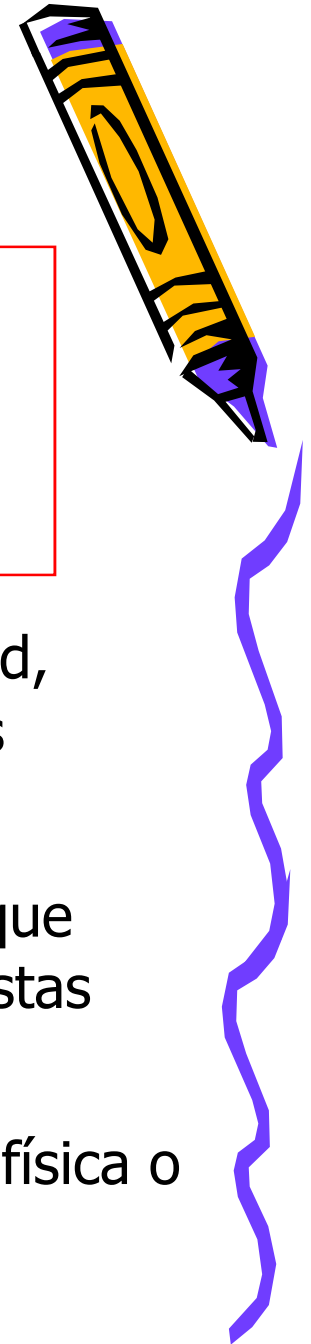
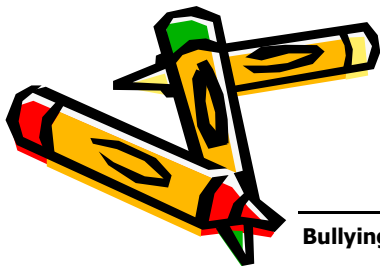
FACTORES CAUSALES O FAVORECEDORES EN EL ÁMBITO PERSONAL

Las características o circunstancias personales pueden ser factores de riesgo para que algunos individuos sean agresores o víctimas, pero no pueden aceptarse como causas únicas.

→ **AGRESOR.** Falta de control, agresividad, impulsividad, consumo de diversas sustancias, aprendizaje de conductas violentas en los primeros años de vida...

→ **VÍCTIMA.** -“Desviaciones externas”. Es decir rasgos que puedan hacer diferentes a algunos individuos del grupo. Estas desviaciones tendrían un papel mediador.

- “Ciertas características ” como: debilidad física o psicológica, baja autoestima,...



FACTORES CAUSALES O FAVORECEDORES EN EL ÁMBITO SOCIAL

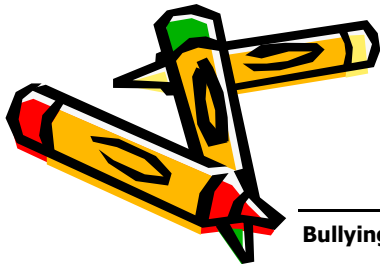
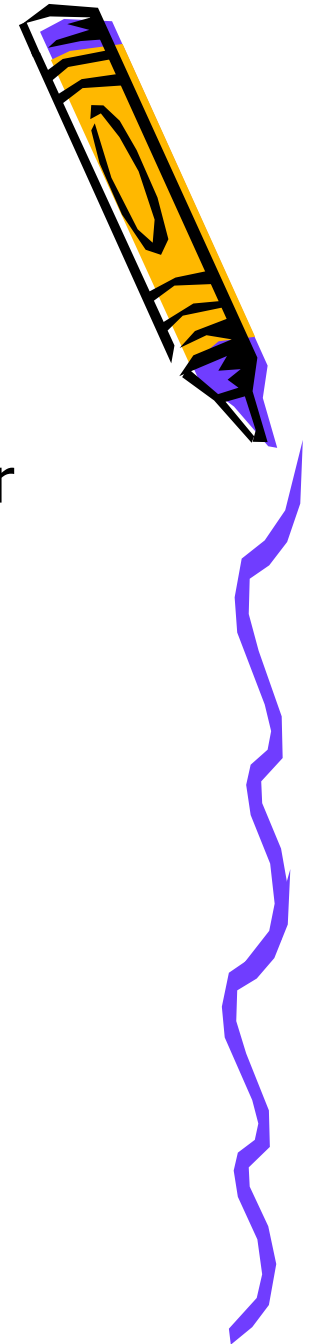
⇒ **CONTAGIO SOCIAL.** Los espectadores inseguros, dependientes y que no tienen éxito en el grupo, por contagio social adoptan el modelo observado.

⇒ **DIFUMINACIÓN DE LA RESPONSABILIDAD INDIVIDUAL**

⇒ **CAMBIOS EN LA PERCEPCIÓN DE LA VÍCTIMA**

⇒ **MEDIOS DE COMUNICACIÓN**

⇒ **VALORES DE LA PROPIA SOCIEDAD**



FACTORES CAUSALES O FAVORECEDORES EN EL ÁMBITO ESCOLAR



⇒ ASPECTOS ORGANIZATIVOS DEL CENTRO.

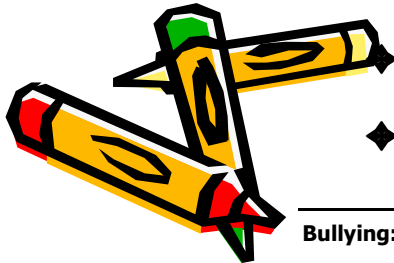
- ◆ EXISTENCIA O NO DE UNAS NORMAS DE CONDUCTA ESTABLECIDAS
- ◆ FALTA DE UN MODELO PARTICIPATIVO.
- ◆ SISTEMA DISCIPLINARIO INCONSISTENTE, AMBIGUO O EXTREMADAMENTE RÍGIDO.

⇒ LA PRESENCIA DE ADULTOS

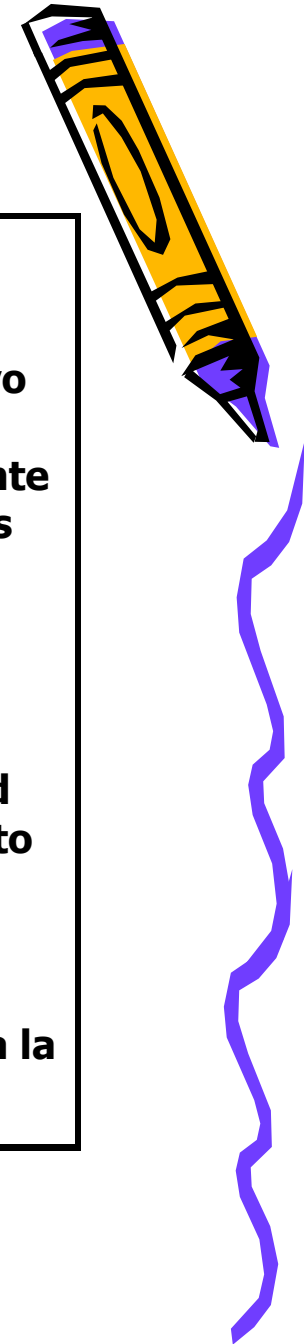
- ◆ EL NÚMERO DE ADULTOS (sobre todo hace referencia al número de adultos que supervisa el tiempo de descanso)
- ◆ ACTITUD DEL PROFESORADO DELANTE DE SITUACIONES DE INTIMIDACIÓN.

⇒ OTROS FACTORES

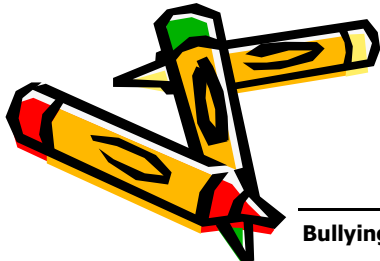
- ◆ FALTA DE AYUDA A LA VÍCTIMA (profesores y alumnado no implicado)
- ◆ FALTA DE REGLAMENTACIÓN SOBRE ESTE TEMA
- ◆ FALTA DE COMUNIACIÓN ENTRE PROFESORES Y ALUMNOS
- ◆ FALTA DE COHERENCIA ENTRE LOS PROFESORES



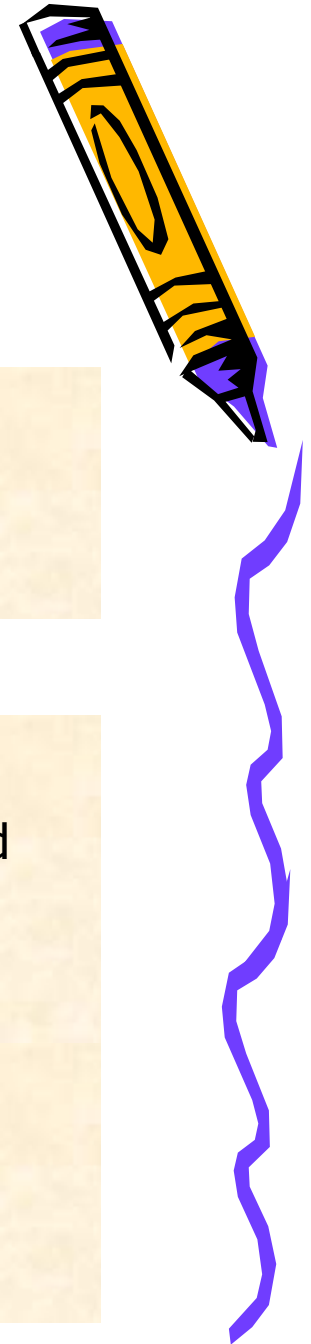
CONSECUENCIAS DEL BULLYING



PARA LA VÍCTIMA	PARA EL AGRESOR	PARA LOS ESPECTADORES
<ul style="list-style-type: none">◆ Fracaso y dificultades escolares.◆ Ansiedad anticipatoria◆ Fobia a la escuela◆ Desarrollo de una personalidad insegura◆ Baja autoestima◆ Indefensión aprendida◆ Cuadros depresivos	<ul style="list-style-type: none">◆ Aprender que la violencia es una forma de conseguir sus objetivos“ antesala de la conducta delictiva”◆ Reconocimiento social mediante la agresividad “generalización de su conducta (vida en pareja, ámbito laboral..)”	<ul style="list-style-type: none">◆ Aprendizaje negativo respecto a su comportamiento delante de situaciones injustas◆ Observación y refuerzo de modelos inadecuados de actuación◆ Falta de sensibilidad delante del sufrimiento de los demás.◆ En ocasiones sensación de indefensión parecida a la de la víctima



COMPORTAMIENTOS EN EL BULLYING: INDICADORES PARA LA DETECCIÓN

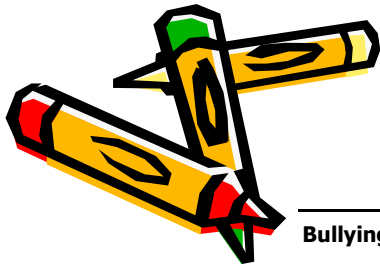


AGRESOR

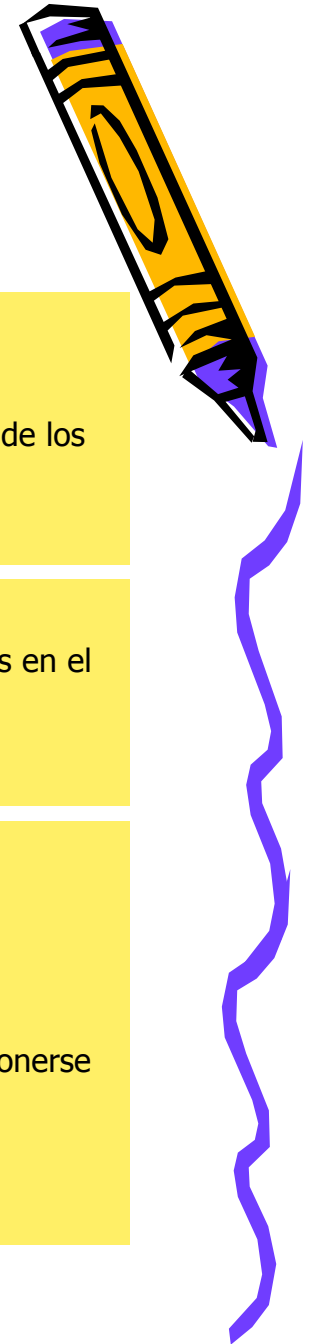
- ☞ Acoso físico
- ☞ Acoso psicológico
- ☞ Acoso verbal

VÍCTIMA

- ☞ Conductas de huida y evitación
- ☞ Conductas públicas que expresan inseguridad
- ☞ Conductas de ansiedad y estado afectivo-emocional
- ☞ Conductas problemáticas
- ☞ Rendimiento académico
- ☞ Otros indicadores



INDICADORES PARA LA DETECCIÓN: AGRESOR



ACOSO FÍSICO

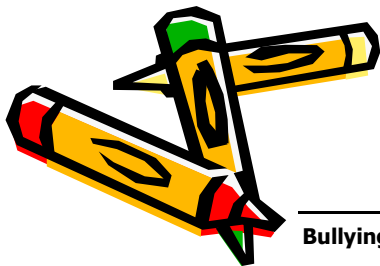
- Agresiones físicas frecuentes y/o graves (patadas, empujones, ...)
- Rompe, desordena, oculta propiedades (lobros, mochilas, material escolar...)
- Se instala con su grupo de forma semi-permanente en lugares concretos (puerta de los lavabos,...)
- Persecución hacia los demás.

ACOSO PSICOLÓGICO

- Destaca constantemente defectos físicos o de acción de una compañero/a.
- Reacciones de rechazo delante de conductas o intervenciones de algunos alumnos en el aula.
- Chantajes económicos, material y de trabajo.
- Extiende y da credibilidad a los rumores negativos (uso de móviles, pintadas...)

ACOSO VERBAL

- Amenaza verbalmente de forma pública y privada.
- Realiza llamadas agresivas o amenazadoras por teléfono)
- Insultos, humillaciones y ridiculizaciones en público.
- Realiza gestos obscenos hacia algunos compañeros. Acoso social.
- Rechazo de forma explícita y sistemática a algunos compañeros para trabajar o ponerse en grupos.
- Impide activamente la integración y participación social de algunos compañeros.
- Hace el vacío, ignora constantemente a determinadas personas.
- Predispone a compañeros de clase y a otras personas en contra de otros.



INDICADORES PARA LA DETECCIÓN: VÍCTIMA (I)



☞ Conductas de huida y evitación

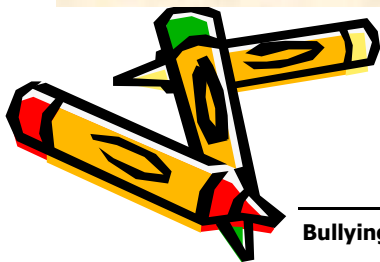
- Para llegar o irse del colegio espera hasta que no hay nadie. Se queda el último.
- Rutas ilógicas para ir volver del colegio
- Absentismo escolar. Falta injustificadamente a clase.
- Aislamiento social evidente en los patios, en el aula y en la calle
- Pasa en casa más tiempo de lo normal. No sale los fines de semana.
- Desgana por estar con compañeros y relacionarse. Prefiere estar solo

☞ Conductas públicas que expresan inseguridad

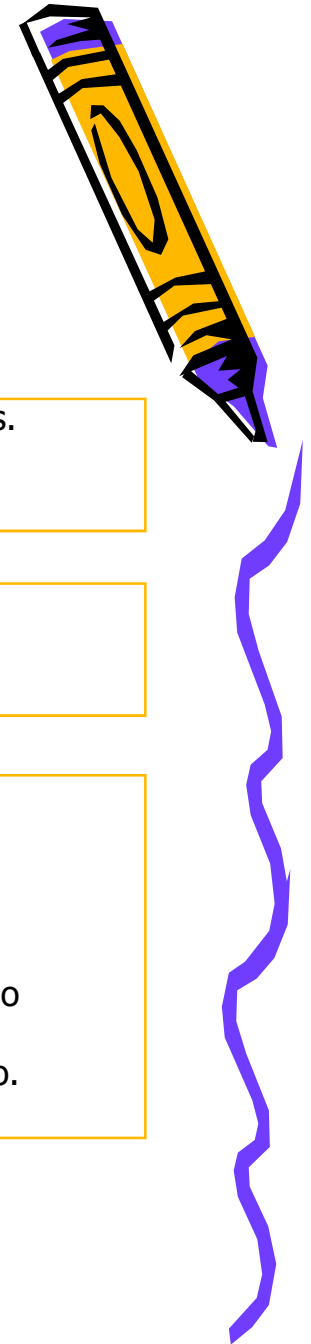
- Busca estar cerca de los adultos en los patios y lugares comunes del colegio.
- Buscar "amigos" y compañeros de juego de menor edad.
- Se coloca en lugares del aula, alejado de los demás.

☞ Conductas de ansiedad y estado afectivo-emocional

- En algún momento llora y demuestra dolor físico o psíquico
- Tristeza, humor inestable.
- Irascibilidad, ataques de ira injustificados
- Finge dolores para evitar algunas situaciones o entornos.
- Somatización diversas: pérdida del apetito, vómitos, ...
- Problemas de sueño.
- Nerviosismo.
- Regresiones (descontrol de esfínteres, tartamudeo, infantilización, dependencia...)



INDICADORS PER A LA DETECCIÓ: VÍCTIMA (II)



☞ Conductas problemáticas

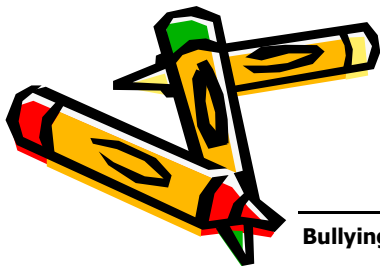
- Adopción del "rol de bufón": continuas payasadas e incluso provocaciones.
- Cogen dinero y objetos de casa para saldar deudas inexistentes

☞ Rendimiento académico

- Muestra dificultades de atención y concentración en las tareas escolares.
- Descenso del rendimiento académico.

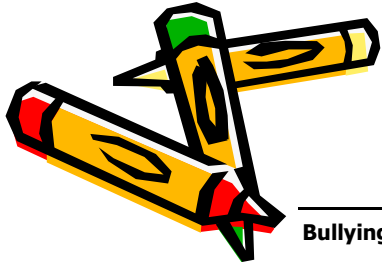
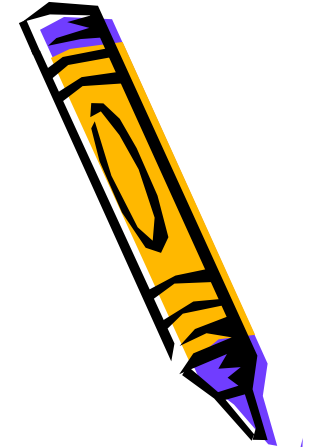
☞ Otros indicadores

- Oculta el origen y le ponen nervioso algunas llamadas de teléfono.
- Se queda sin bocadillo, hace tareas de otros...
- Presenta señales de agresión física (ropa rota, marcas corporales...).
- Le faltan cosas (bolígrafos nuevos, calculadoras, estuches...)
- Sus materiales, a menudo se encuentran tirados en el suelo, escondidos o estropeados
- Carteles y pintadas con insultos y amenazas alrededor del colegio o barrio.



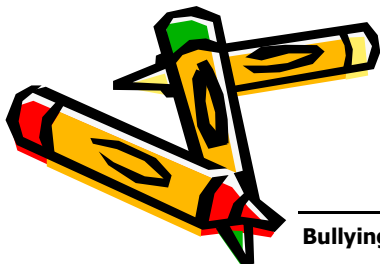
A QUÉ TENEMOS QUE ESTAR ATENTOS COMO EDUCADORES? I

- ❖ A las relaciones de los alumnos cuando no hay profesor (pasillos, comedor, patio,...)
- ❖ A las pintadas que aparecen en los lavabos, paredes,...
- ❖ A la no participación habitual de un alumno a las salidas de grupo
- ❖ Dar importancia a los insultos o risas hacia determinados alumnos
- ❖ Alumnos que de golpe presentan absentismo escolar
- ❖ Estar atentos a aquellos alumnos que sean diferentes (por su forma de ser o por su aspecto físico)
- ❖ Cuando un alumno se queja constantemente de ser insultado, que se ríen de él,...
- ❖ Si un alumno se queja de que le roban cosas y a menudo le falta material



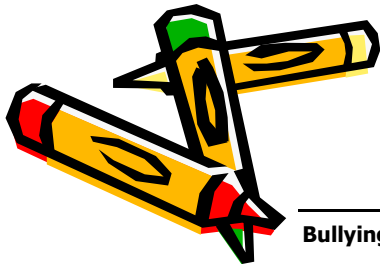
A QUÉ TENEMOS QUE ESTAR ATENTOS COMO EDUCADORES ?II

- ❖ Alumnos que presentan cambios del estado de ánimo sin causa aparente(tristeza, se muestra poco comunicativo,...)
- ❖ Alumnos que presentan escasas o nulas relaciones con los compañeros (aislamiento social)
- ❖ Evidencias físicas de agresiones
- ❖ Quejas somáticas constantes de un alumno (dolor de cabeza, dolor de barriga,...)
- ❖ Variaciones del rendimiento escolar
- ❖ Quejas de los padres de que el alumno no quiere ir a clase



POR QUÉ ES NECESARIO QUE LOS PROFESORES INTERVENGAN DELANTE DEL BULLYING

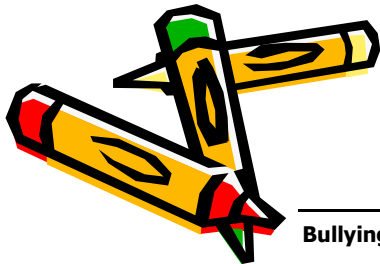
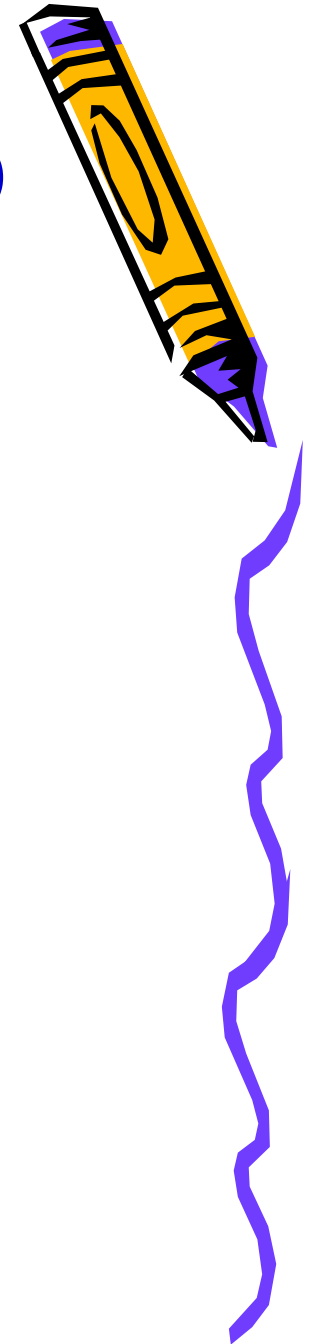
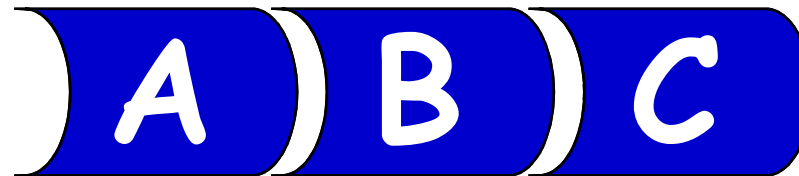
- Son los adultos que modelan y guían las actitudes y conductas en las escuelas
- Son los responsables de velar por la seguridad del alumnado.
- Tienen una alta probabilidad de ser los primeros en detectar las diferentes situaciones de abusos.
- Tienen la responsabilidad moral y profesional de atender las demandas socio-afectivas del alumnado.
- La indisciplina y la violencia que pueden generarse en los centros, recae directa y negativamente en el desarrollo de su labor profesional.
- Pueden ser parte directamente implicada en el problema, cuando se dan agresiones.
- Son los primeros adultos a los que pueden acceder el alumnado en situación de riesgo.
- Son conscientes, como colectivo, de las dificultades que encuentran para mantener en sus centros ambientes de buena convivencia.



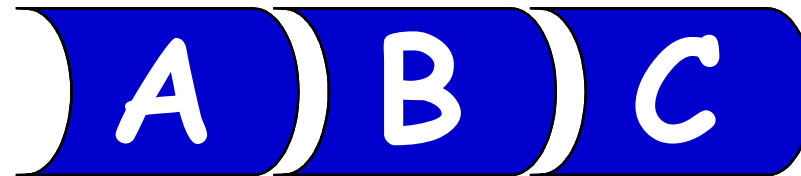
Informe del "Defensor del Pueblo" 1999.

ANÁLISIS FUNCIONAL DE LA CONDUCTA (I)

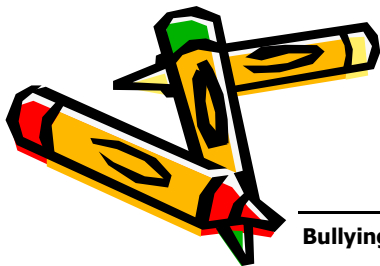
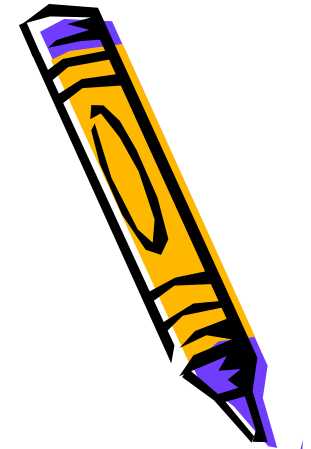
ANTECEDENTES
CONDUCTA
CONSECUENCIAS



ANÁLISIS FUNCIONAL DE LA CONDUCTA (II)



- ✓ Las conductas no aparecen porque sí. Algo que pasa (antecedentes) las provoca.
- ✓ Todas las conductas tienen consecuencias que harán que la conducta se repita o no en un futuro
- ✓ Las conductas se unen unas a otras. No se dan de forma aislada
- ✓ Conocer los antecedentes y consecuencias de la conducta agresiva, puede facilitar el saber como controlarla.

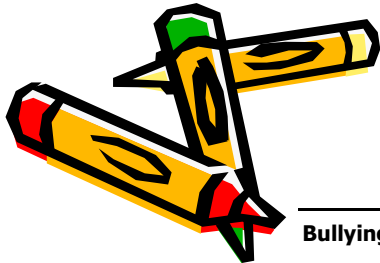
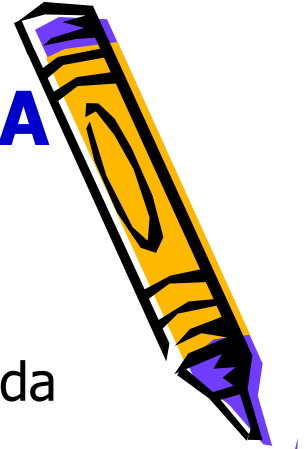


ANÁLISIS FUNCIONAL DE LA CONDUCTA (III)

Es muy importante saber por qué aparece una determinada conducta (antecedentes) y por qué se mantiene (consecuencias). Así tendremos más información para buscar la forma de modificarla

Hemos de distinguir entre tres tipos de conducta (respuesta)

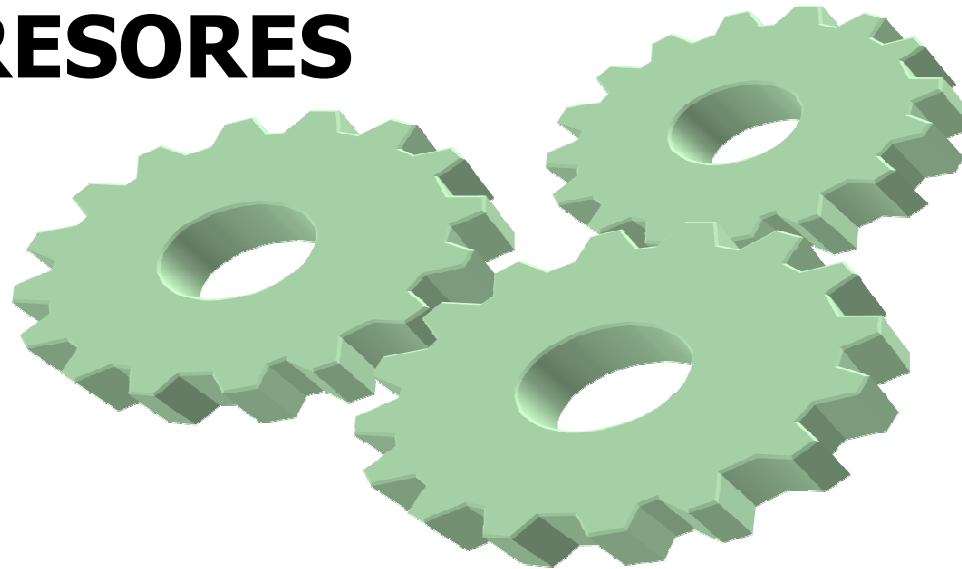
MOTORA (LO QUE SE HACE)
COGNITIVA-PENSAMIENTO (LO QUE SE PIENSA)
EMOCIONAL-SENTIMIENTOS (LO QUE SE SIENTE)



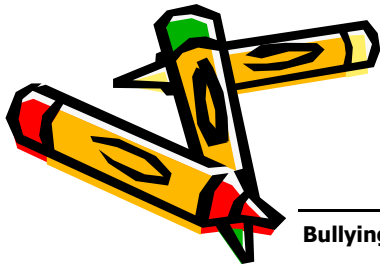
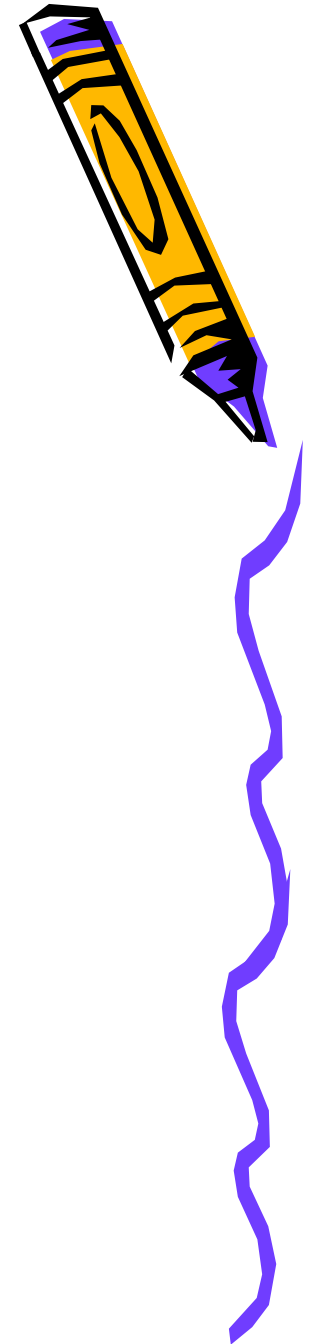
LOS ACTORES DEL BULLYING (I)

AGRESORES

VÍCTIMAS



ESPECTADORES

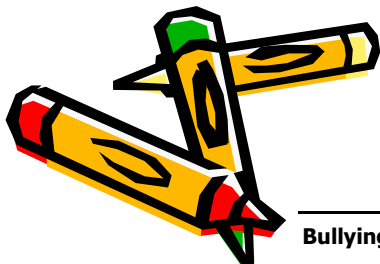


LOS ACTORES DEL BULLYING (III)



TÉCNICAS INSTRUMENTALES DE INTERVENCIÓN

- ✓ Técnica de reestructuración cognitiva
- ✓ Técnica autoinstruccional
- ✓ Entrenamiento en asertividad
- ✓ Técnica de relajación
- ✓ Técnica de resolución de problemas
- ✓ Dilemas morales
- ✓ Entrenamiento en empatía
- ✓ Técnica de prevención de recaídas



LA CONDUCTA AGRESIVA

Factores antecedentes

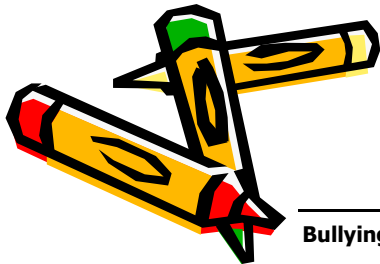
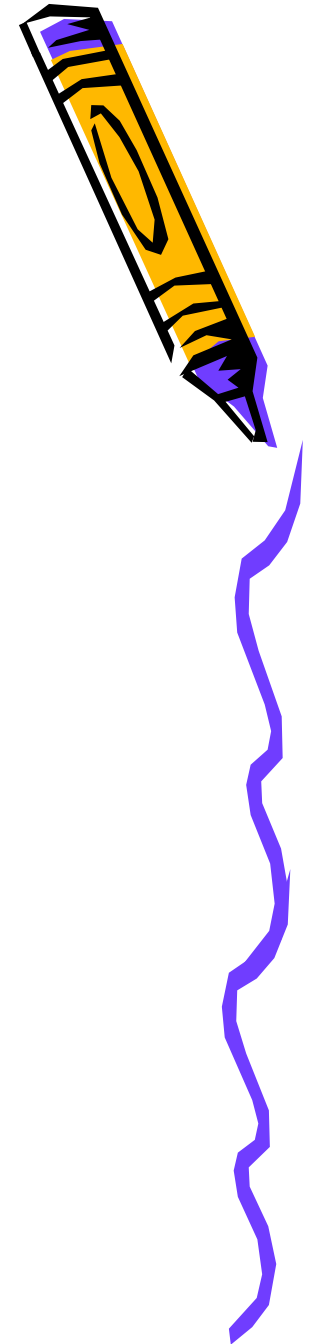
- Experiencia directa
- Presencia de modelos
- Bases biológicas

Factores desencadenantes

- La conducta agresiva está en el repertorio conductual
- Presencia de modelos
- Incidentes aversivos
- Motivación apetitiva
- Cumplimiento de órdenes
- Situaciones de grupo
- Características de la víctima
- Substancias psicoactivas

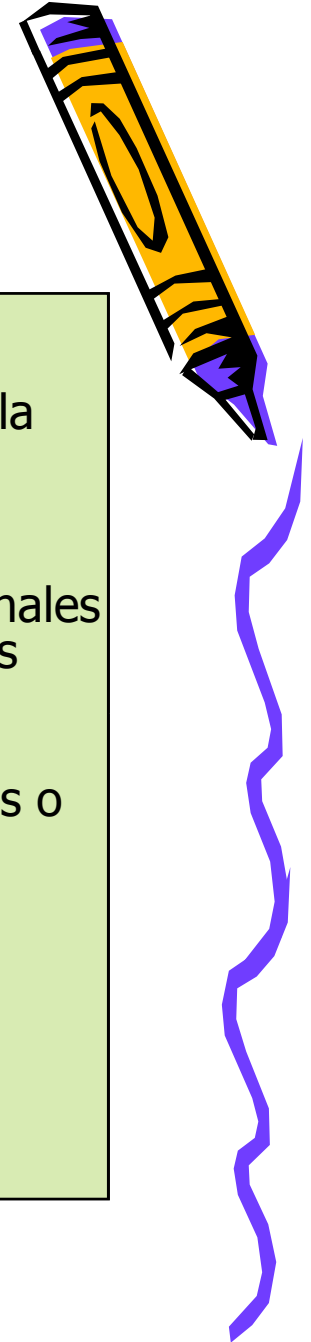
Factores de mantenimiento

- Refuerzo positivo
- Refuerzonegativo



TRES ESTILOS DE RESPUESTA

Estilos de comportamiento



Comportamiento pasivo

Consiste en no defender nuestros derechos e intereses. Huir de la situación

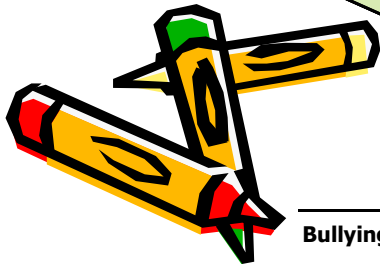
Comportamiento agresivo

Consiste en defender nuestros derechos y nuestros intereses personales sin respetar a las demás personas con las que interactuamos

Comportamiento asertivo

Consiste en responder delante de los demás tal y como queremos o deseamos hacerlo pero sin:

- Herir a a los demás
- Sin defendernos de nada
- Sin mostrarnos agresivos

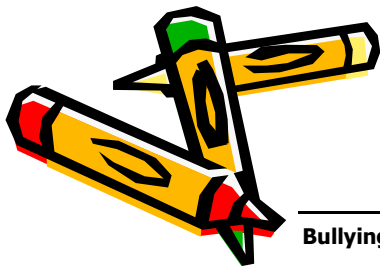


NIVELES DE INTERVENCIÓN EN LA ESCUELA I



- **PREVENCIÓN.** Incluye todas aquellas acciones dirigidas a detectar y prevenir el fenómeno.

- ❖ Formación específica de los profesionales
- ❖ Intervenciones dirigidas a (padres, docentes y jóvenes) para la sensibilización sobre la existencia del fenómeno: charlas, jornadas para la convivencia,...
- ❖ Análisis y evaluación del fenómeno en el centro escolar
- ❖ Introducir en el currículum programas dirigidos a los alumnos desde los primeros cursos de primaria : educación en valores, habilidades sociales,
- ❖



NIVELES DE INTERVENCIÓN EN LA ESCUELA II

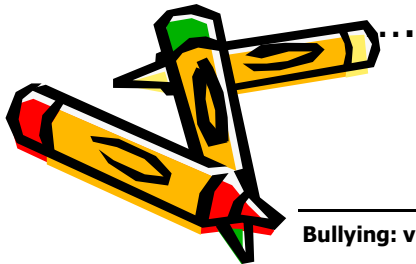


INTERVENCIONES CUANDO SE HAN DETECTADO CASOS DE BULLYING

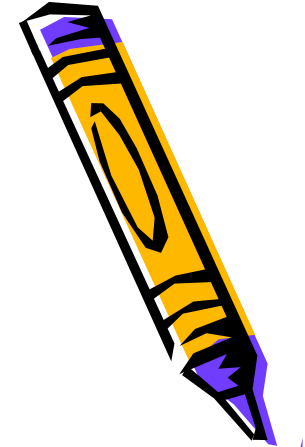
⇒ INTERVENCIÓN INDIVIDUAL: - con el agresor
- con la víctima
- con el espectador

⇒ INTERVENCIÓN GRUPAL: - grupos clase
- otros

Educación en valores • Entrenamiento en HH SS i asertividad • Mejora del autocontrol • Mejora de la autoestima • Resolución de conflictos •

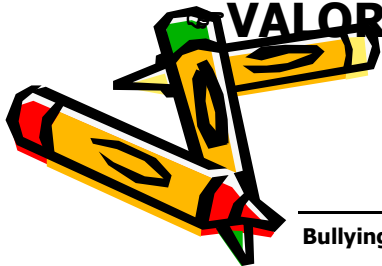


MODELO DE INTERVENCIÓN CON EL AGRESOR



CONSTRUCTOS DEFICITARIOS

- ☞ PENSAMIENTO RÍGIDO
- ☞ AUTOCONTROL EMOCIONAL
- ☞ RELACIONES INTERPERSONALES
- ☞ PENSAMIENTOS DEFORMADOS
- ☞ EMPATÍA
- ☞ VALORES



MODELO DE INTERVENCIÓN GENERAL

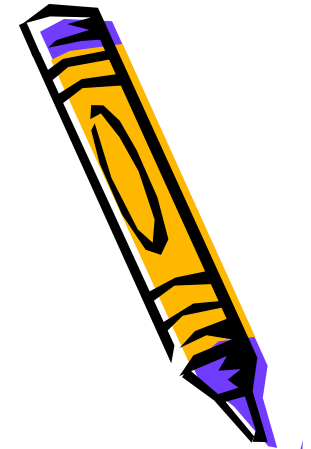
Abordatge desde la orientación cognitivo-conductual

- ☞ Analisis funcional (A B C)
- ☞ Tres niveles de respuesta:
 - Motora
 - Cognitiva
 - Emocional

TECNICAS INSTRUMENTALES

- ☞ TÉCNICA DE REESTRUCTURACIÓN COGNITIVA
- ☞ ENTRENAMIENTO EN HHSS Y ASERTIVIDAD
- ☞ TÉCNICAS PARA EL CONTROL DE LA IRA
- ☞ RELAJACIÓN
- ☞ ENTRENAMIENTO EN EMPATIA
- ☞ DILEMAS MORALES
- ☞ PROGRAMA DE DESARROLLO EN VALORES

MODELO DE INTERVENCIÓN CON LA VÍCTIMA



CONSTRUCTOS DEFICITARIOS

- ☞ **RELACIONES INTERPERSONALES**
- ☞ **AUTOESTIMA Y AUTOCONCEPTO**
- ☞ **PENSAMIENTOS DEFORMADOS**

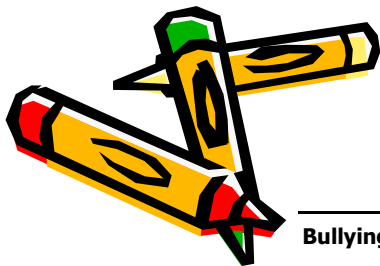
MODELO DE INTERVENCIÓN GENERAL

Abordaje desde la orientación cognitivo-conductual

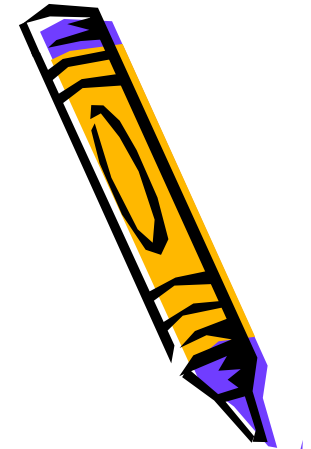
- ☞ **Análisis funcional (A B C)**
- ☞ **Tres niveles de respuesta:**
 - **Motora**
 - **Cognitiva**
 - **Emocional**

TÉCNICAS INSTRUMENTALES

- ☞ **TÉCNICA DE REESTRUCTURACIÓN COGNITIVA**
- ☞ **ENTRENAMIENTO EN HABILIDADES SOCIALES Y ASERTIVIDAD**
- ☞ **PROGRAMAS DE MEJORA DE LA AUTOESTIMA**
- ☞ **TÉCNICA DE RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS**



MODELO DE INTERVENCIÓN CON EL ESPECTADOR



CONSTRUCTOS DEFICITARIOS

- ➔ **EMPATIA**
- ➔ **DESARROLLO EN VALORES**
- ➔ **RELACIONES INTERPERSONALES**

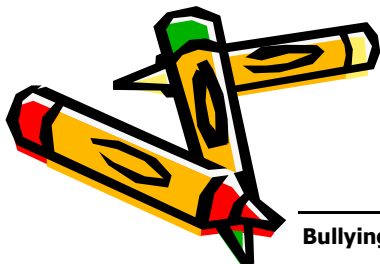
MODELO DE INTERVENCIÓN GENERAL

Abordaje desde la orientación cognitivo-conductual

- ➔ **Análisis funcional (A B C)**
- ➔ **Tres niveles de respuesta:**
 - Motora
 - Cognitiva
 - Emocional

TÉCNICAS INSTRUMENTALES

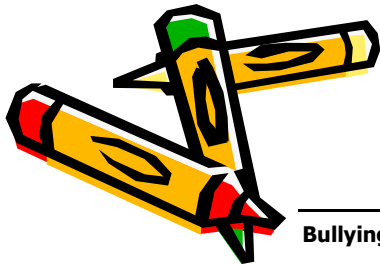
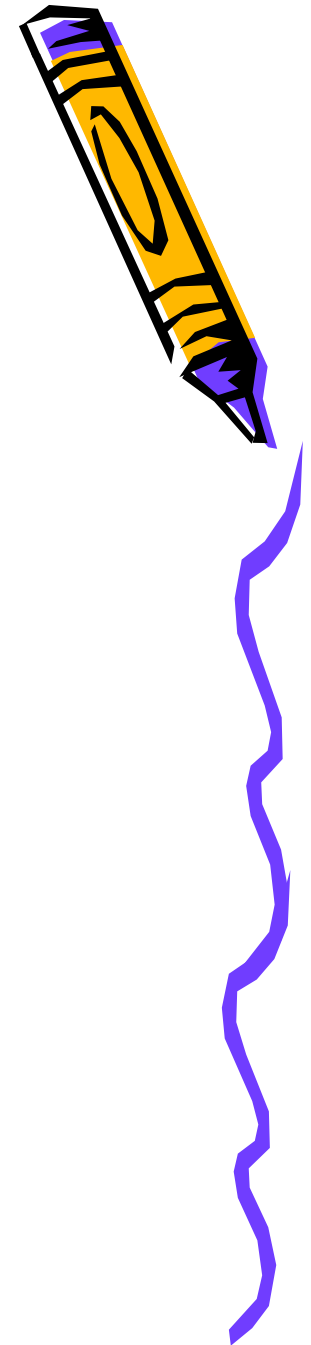
- ➔ **ENTRENAMIENTO EN EMPATÍA**
- ➔ **PROGRAMA DE DESARROLLO EN VALORES**
- ➔ **DILEMAS MORALES**
- ➔ **HABILIDADES SOCIALES Y ASERTIVIDAD**
- ➔ **RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS**



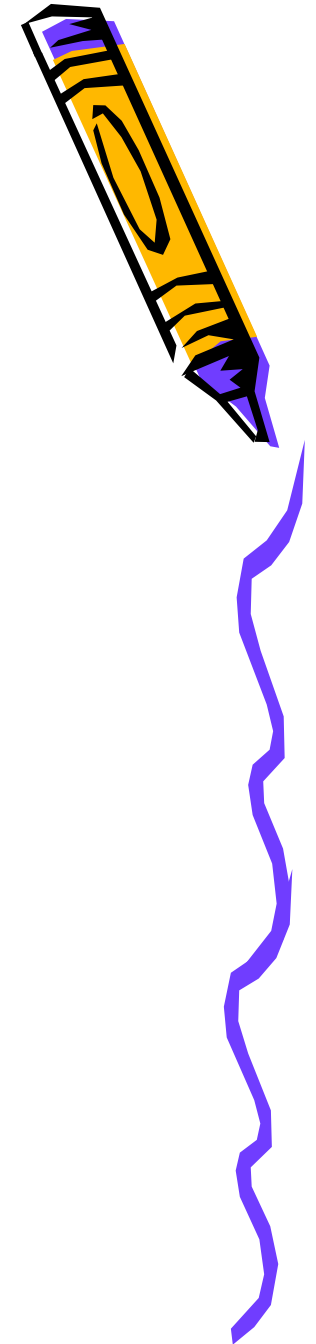
AUTOESTIMA- PENSAMIENTOS DEFORMADOS

En cualquier intervención para la mejora de la autoestima, se han de tener en cuenta las siguientes distorsiones cognitivas:

- ❖ SOBREGENERALIZACIÓN
- ❖ DESIGNACIÓN GLOBAL
- ❖ PENSAMIENTO POLARITZADO
- ❖ AUTOACUSACIÓN
- ❖ PERSONALIZACIÓN
- ❖ LECTURA DEL PENSAMIENTO
- ❖ FALACIAS DE CONTROL
- ❖ RAZONAMIENTO EMOCIONAL



EJEMPLOS DE ACTIVIDADES DE LAS INTERVENCIONES DESTINADAS A LA MEJORA DE LA AUTOESTIMA



- Pasar lo negativo a positivo " darse autoinstrucciones positivas "
- No generalizar
- Centrarnos en los aspectos positivos que tenemos
- Hacer consciente de los éxitos logrados
- No compararse
- Confiar en un mismo
- Aceptarnos a nosotros mismos
- Esforzarnos por mejorar

