

Intervención en el cyberbullying: Evaluación del Caso Ana

Intervention in cyberbullying: Assessment of Ana's case

Garaigordobil, M. *
Martínez, V. **

Resumen

El estudio realizado tuvo como objetivos: (1) Evaluar el nivel de bullying/cyberbullying en una estudiante con alto nivel de conductas de cibervictimización; (2) Implementar un programa “Cyberprogram 2.0” para prevenir/reducir el cyberbullying; y (3) Evaluar los efectos del programa en la disminución de la cibervictimización y en otras variables socioemocionales de esta adolescente. El diseño de la investigación fue cuasi-experimental de caso único. Al inicio del curso escolar se administró una evaluación pretest, aplicando el test Cyberbullying, un screening de acoso entre iguales (Garaigordobil, 2013) junto con otros instrumentos para medir variables socioemocionales (conducta social, estrategias de resolución de conflictos, autoestima, empatía). Posteriormente, se administró Cyberprogram 2.0 (Garaigordobil y Martínez-Valderrey, 2014a) un programa grupal que consistió en realizar una sesión de intervención semanal de una hora de

duración durante un curso escolar. Finalmente, se llevó a cabo la evaluación posttest administrando la misma batería de evaluación que en el pretest. Los resultados mostraron que Ana, después de participar en Cyberprogram 2.0 disminuyó relevantemente las conductas de cibervictimización que sufría; su percepción de la violencia física, verbal y mediante las TIC entre el alumnado; sus conductas de agresividad premeditada; sus conductas de dominancia social; y el uso de estrategias agresivas como técnica de resolución de conflictos. Además, Ana aumentó su autoestima, el uso de estrategias de resolución de conflictos cooperativas y su nivel de empatía. El estudio evidencia la eficacia de un programa de intervención grupal en la reducción de la violencia entre iguales.

Palabras clave: bullying; cyberbullying; adolescencia, empatía; Cyberprogram 2.0.

Abstract

The study had the following goals: (1) To assess the level of bullying/cyberbullying in a student

* Facultad de Psicología. Universidad del País Vasco. España. Correspondencia: maite.garaigordobil@ehu.eus

** Universidad Isabel I. España

Agradecimientos: Estudio financiado por el la Universidad del País Vasco (PPG17/31)

Fecha de recepción: 02 de agosto de 2017 - Fecha de aceptación: 24 de octubre de 2017

with a high level of cybervictimization behaviors; (2) To implement a program to prevent/reduce cyberbullying "Cyberprogram 2.0"; and (3) To assess the effects of the program on the reduction of this adolescent's cybervictimization and other socio-emotional variables. The research design was a quasi-experimental single-case study. At the beginning of the school year, a pretest assessment was performed, applying the Cyberbullying test, a screening of peer harassment (Garaigordobil, 2013) with other instruments to measure different socio-emotional variables (social behavior, conflict-resolution strategies, self-esteem, empathy). Subsequently, we administered the Cyberprogram 2.0 (Garaigordobil y Martínez-Valderrey, 2014a) a group program that consists of one weekly one-hour intervention session for an entire school year. Finally, the posttest assessment was conducted by administering the same assessment battery as at pretest. Results showed that, after participating in the Cyberprogram 2.0, the cybervictimization behavior Ana suffered decreased significantly, as did her perception of physical, verbal, and ICT violence among her classmates, her premeditated aggressive behaviors, her social dominance behaviors, and the use of aggressive strategies as a conflict resolution technique. In addition, Ana increased her self-esteem, the use of cooperative conflict resolution strategies, and her level of empathy. The study shows the effectiveness of a group intervention program to reduce peer violence.

Key words: bullying; cyberbullying; adolescence, empathy; Cyberprogram 2.0.

Introducción

El bullying es una forma específica de violencia escolar, donde uno o varios agresores intencionalmente causan dolor, acosan y someten reiteradamente a otro compañero. Cuando hablamos de bullying hacemos referencia a la existencia de una víctima indefensa, acosada por uno o varios compañeros, que realizan diversos

tipos de conductas agresivas cara-a-cara hacia la víctima (conductas agresivas físicas contra el cuerpo de la víctima o sus propiedades, conductas agresivas verbales, conductas de exclusión social...), es violencia mantenida física y mental, hay intencionalidad de hacer daño por parte de los agresores, crueldad de hacer sufrir a la víctima, suele haber una desigualdad de poder entre la víctima y los agresores (física, verbal o psicológica), y estas conductas agresivas se repiten con frecuencia (no es una agresión puntual), existe una relación de dominio-sumisión del agresor/es hacia la víctima que se mantiene en el tiempo. Además, la agresión no solo produce dolor en el momento que se produce, sino de forma sostenida por las expectativas que tiene la víctima de futuros ataques (Garaigordobil, 2017a).

En la actualidad se observan otras formas de bullying como es el cyberbullying que consiste en utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC), principalmente Internet y el móvil, para ejercer acoso a otros iguales. Cuando hablamos de cyberbullying ¿A qué tipo de conductas nos referimos? ¿Qué conductas realizan los ciberagresores? Por ejemplo, envían mensajes a través del móvil o del correo electrónico amenazantes, intimidatorios o insultantes, desvalorizantes (por ejemplo, eres feo y gordo, todos te odian, deberías morir, ten cuidado que te vamos a machacar...); Hacen llamadas de teléfono anónimas para atemorizar a la víctima, o llamadas amenazantes, intimidatorias, llamadas para insultar y desvalorizar a la víctima; Manipulan fotografías para ridiculizar o crear una imagen falsa de la víctima que luego distribuyen por móvil o internet; Excluyen, aislan a la víctima de las redes sociales, no le dejan participar en grupos como Facebook, Whatsapp, Instagram...; Roban la contraseña de la víctima, la cambian para que la víctima no pueda entrar en su correo o en sus cuentas online, leen sus mensajes, violan su intimidad, o suplantan la identidad de la víctima (por ejemplo, enviando mensajes agresivos a sus contactos para que se enfaden con la víctima); Provocan a la víctima para conseguir una reacción violenta de la víctima que luego denuncian para

que el administrador de la web le impida acceder a ese servicio; Crean un perfil o espacio falso en nombre de la víctima, donde hace demandas explícitas de contactos sexuales...; Le dan de alta la dirección de correo electrónico en determinados sitios web para que luego sea víctima de spam...; Difunden mentiras de esa persona para perjudicarla (falsos rumores, difamaciones...); Difunden información secreta o embarazosa de la víctima y que la víctima no desea desvelar; Denigran o hablan mal de la persona en una web, en el blog personal...; Dan una paliza o colocan a la víctima en una situación humillante, lo graban con el móvil y difunden el vídeo vía móvil, correo electrónico, lo suben a YouTube, a redes sociales, a páginas web... El bullying en todas sus modalidades es una conducta cruel, que genera gran sufrimiento a la víctima y que tiene graves consecuencias para todos los implicados.

La progresiva concienciación sobre la relevancia que tienen las agresiones en contextos escolares, enfatizada por los medios de comunicación (TV, prensa, radio...) a raíz de hechos graves, como los suicidios consecuencia de sufrir acoso por parte de los compañeros, obliga a todos los implicados en la educación a intervenir, tanto en la prevención como en el afrontamiento de las situaciones de acoso escolar, cuando éstas se producen (Garaigordobil y Oñederra, 2010).

Los estudios de prevalencia muestran que el bullying/cyberbullying es un problema relevante (Garaigordobil, 2013, 2015, 2017a). La violencia entre iguales tiene consecuencias muy perniciosas para todos los implicados, aunque los efectos más graves se evidencian en las víctimas (ansiedad, depresión, estrés postraumático...) (Garaigordobil, 2011, 2017a). Como consecuencia de esta situación, en los últimos años se han incrementado las investigaciones que analizan la violencia entre iguales y se han elaborado instrumentos de evaluación (Álvarez-García, Dobarro, y Nuñez, 2015; Álvarez-García, Barreiro-Collazo, Nuñez, y Dobarro, 2016; Buelga, Cava, y Musitu, 2012; Lam y Li, 2013; Olweus, 2007; Piñuel y Oñate, 2006; Stewart, Drescher, Maack, Ebesutani, y Young, 2014), y propuestas de prevención e

intervención (Aftab, 2006; Cerezo, Calvo, y Sánchez, 2011; Chaux, Velásquez, Schultze-Krumbholz, y Scheithauer 2016; Mestre, Tur, Samper, y Malonda, 2012; Monjas y Avilés, 2006; Olweus et al., 2007).

Sin embargo, es importante señalar que los resultados de los programas antibullying son inconsistentes. En este sentido algunos meta-análisis discrepan sobre la efectividad de los mismos, por ejemplo, Ferguson, San Miguel, Kilburn, y Sánchez (2007) concluyeron que los programas antibullying generan pocos efectos en los participantes jóvenes, mientras el metaanálisis de Ttofi y Farrington (2011) evidenció que los programas antibullying aplicados en la escuela son efectivos.

El presente trabajo forma parte de una línea de investigación en la que se ha evaluado el efecto de Cyberprogram 2.0, un programa de intervención para prevenir el cyberbullying (Garaigordobil y Martínez-Valderrey, 2014ab, 2015ab, 2016; Garaigordobil, Martínez-Valderrey y Machimbarrera, 2017). Con esta contextualización, el estudio realizado tuvo como objetivos: (1) Evaluar el nivel de bullying/cyberbullying en una estudiante con alto nivel de conductas de cibervictimización; (2) Implementar un programa "Cyberprogram 2.0" para prevenir/reducir el cyberbullying; y (3) Evaluar los efectos del programa en la disminución de la cibervictimización y en otras variables socioemocionales de esta adolescente. Con estos objetivos se formulan dos hipótesis: (1) El programa disminuirá las conductas agresivas (bullying, cyberbullying, agresividad impulsiva y premeditada, estrategias agresivas como técnica de resolución de conflictos...); y (2) El programa aumentará las conductas sociales positivas (conductas de conformidad social, de ayuda-colaboración, de seguridad-firmeza, de liderazgo prosocial), y factores emocionales (autoestima y empatía) que inhiben la conducta violenta.

Método

Participantes

Es un estudio de caso único con una adolescente de 14 años con un alto nivel de cibervictimización. En concreto Ana ha sufrido en el último año 2 conductas de cyberbullying algunas veces “mensajes ofensivos/insultantes por correo y móvil”, “difamación, diciendo mentiras para desprestigiarla”, y 13 conductas bastantes veces “llamadas ofensivas/insultantes”, “*happy slapping*”, “difusión de vídeos o fotos comprometidas”, “fotos robadas en lugares íntimos y difusión de las mismas”, “llamadas anónimas para asustarle”, “mensajes o llamadas para chantajearla”, “acoso sexual”, “suplantación de identidad”, “robo de la contraseña”, “manipulación de fotos y difusión”, “aislamiento en redes sociales”, “chantaje para obligarla a hacer algo” y “amenazas de muerte”. Ha sentido por estas conductas deseos de venganza y rencor, y nunca ha hecho nada al respecto. Ana estudia 3º curso de Educación Secundaria Obligatoria, en un centro público. Los padres tienen estudios de Bachiller (hasta 18 años), el padre está jubilado y la madre trabaja en casa. En el cuestionario de identificación socio-demográfica, Ana informa que en el último año ha solicitado consulta a un psicólogo por problemas relacionados con el consumo de drogas.

Instrumentos

Para medir las variables objeto de estudio, antes y después de aplicar Cyberprogram 2.0, a Ana le administraron 7 instrumentos de evaluación (ver Figura 1).

Procedimiento

Este trabajo se contextualiza dentro de una investigación experimental de medidas repetidas pretest-postest con grupo de control en la que se ha validado Cyberprogram 2.0. No obstante, el trabajo que

se presenta en este artículo se centra en el análisis del cambio en una adolescente que ha participado en un programa aplicado a un grupo compuesto por 20 estudiantes. Por consiguiente, el diseño de este estudio fue un diseño de caso único con medidas repetidas pretest-postest. Tras la selección del centro educativo y después de solicitar el consentimiento informado a los padres y a la adolescente, en primer lugar, al inicio del curso escolar se administró una evaluación pretest (ver Figura 1).

En segundo lugar, se administró Cyberprogram 2.0 un programa grupal de intervención para prevenir/reducir el cyberbullying (Garaigordobil y Martínez-Valderrey, 2014a) que se configura con actividades que tienen como finalidad prevenir y/o intervenir en situaciones de acoso presencial y tecnológico. La intervención ha consistido en la realización de una sesión semanal de 1 hora de duración durante un curso escolar, y fue llevada a cabo por un miembro del equipo investigador. En la validación experimental del programa, Cyberprogram 2.0 se administró a 93 adolescentes experimentales, de 13 a 15 años, que cursaban 3º y 4º curso de Educación Secundaria Obligatoria. Al finalizar el curso escolar, se llevó a cabo la evaluación postest administrando la misma batería que en el pretest. El estudio fue evaluado favorablemente por el comité de ética de la Universidad del País Vasco (CEISH/112/2012).

El programa de intervención

Las actividades del programa tienen 4 objetivos: (1) Identificar y conceptualizar bullying/cyberbullying, y los tres roles implicados; (2) Analizar las consecuencias del bullying/cyberbullying para víctimas, agresores y observadores, potenciando la capacidad crítica y de denuncia ante el conocimiento de estas actuaciones; (3) Desarrollar estrategias de afrontamiento para prevenir y reducir conductas de bullying/cyberbullying; y (4) Otros objetivos transversales como desarrollar la capacidad de empatía, la escucha activa, habilidades sociales, la resolución pacífica de conflictos, la tolerancia y respeto hacia los demás... El programa

Instrumentos	Variables evaluadas	Tarea	Datos Psicométricos
Cyberbullying: Screening de acoso entre iguales (Garaigordobil, 2013)	<i>Bullying y Cyberbullying:</i> Victimización Agresión Observación	Informar si ha sufrido, realizado y visto las conductas de bullying (conductas agresivas físicas, verbales, sociales y psicológicas) y 15 conductas de cyberbullying en el último año con una escala Likert de 0 a 3	Bullying: Fiabilidad: total ($\alpha = .81$), victimización ($\alpha = .70$), agresión ($\alpha = .71$), observación ($\alpha = .80$). Cyberbullying: Fiabilidad total ($\alpha = .91$), cibervictimización ($\alpha = .82$), ciberagresión ($\alpha = .91$) y ciberobservación ($\alpha = .87$). AFE: Estructura configurada por 3 factores (víctimas, agresores, observadores en ambas escalas que explican respectivamente el 57,89% y 40,15% de la varianza.
CUVE-R. Cuestionario de violencia escolar revisado (Álvarez-García, Núñez, Rodríguez, Álvarez, y Dobarro, 2011)	<i>Frecuencia de diferentes tipos de violencia escolar:</i> Violencia del profesorado hacia el alumnado. Violencia física del alumnado. Violencia verbal del alumnado. Disrupción en el aula. Exclusión social. Violencia a través de las TIC	31 afirmaciones que se refieren a conductas de acoso presencial y a través de las TIC y deben indicar la frecuencia con la que observan que suceden valorando esta frecuencia con una escala de 1 a 5	Fiabilidad: ($\alpha = .92$) Validez: Análisis factoriales confirmatorios evidencian los seis factores.
CAPAI-A. Cuestionario de Agresividad Premeditada e Impulsiva en Adolescentes (Andreu, 2010)	<i>Agresividad:</i> Impulsiva Premeditada	24 afirmaciones sobre formas de pensar, sentir o actuar que deben autoaplicarse e informar del grado de acuerdo al contenido en una escala 1-5	Fiabilidad : Agresividad premeditada ($\alpha = .83$); Agresividad impulsiva ($\alpha = .82$). Validez Convergente: correlaciones significativas entre impulsividad y agresividad reactiva; agresividad premeditada y agresividad proactiva
AECS. Actitudes y Estrategias Cognitivas Sociales (Moraleda, González y García Gallo, 1998/2004)	<i>Conductas Sociales:</i> Conformidad social Ayuda-Colaboración Seguridad-Firmeza Liderazgo prosocial Agresividad Dominancia Apatía-Retraitamiento Ansiedad social	71 afirmaciones sobre conductas sociales positivas y negativas que deben autoaplicarse e informar en qué medida realizan las conductas descritas con una escala 1-7	Fiabilidad: Conductas Positivas ($\alpha = .75$); Conductas Negativas ($\alpha = .85$). Validez criterial: adaptación social. Validez convergente: análisis correlacional entre las puntuaciones de Criterial Socialización de la BAS
RS. Escala de Autoestima (Rosenberg, 1965)	<i>Autoestima:</i> Sentimientos globales de autovaloración	10 afirmaciones sobre autovaloración que deben autoaplicarse e informar del grado de acuerdo con una escala 1-4	Fiabilidad: ($\alpha = .74$). Validez: Medida unidimensional de la autoestima comprobada en numerosos estudios
CONFLICTALK. Cuestionario para medir los estilos de mensaje en el manejo del conflicto (Kimsey y Fuller, 2003)	<i>Estilos de afrontamiento del conflicto:</i> Enfocado al problema (cooperativo) Enfocado en los otros (evitativo) Enfocado en sí mismo (agresivo)	18 afirmaciones sobre formas de resolver conflictos. Deben puntuar cada frase en una escala de 1 a 5 ("nunca digo cosas como esa" / "casi siempre digo cosas como esas")	Fiabilidad: Resolución orientada al problema ($\alpha = .87$); hacia uno mismo ($\alpha = .81$); hacia los otros ($\alpha = .63$). Validez: correlaciones positivas entre habilidades de comunicación y resolución cooperativa; y correlaciones negativas con resolución agresiva y evitativa.
IECA. Escala de activación empática (Bryant, 1982)	Empatía	22 afirmaciones sobre conductas y sentimientos empáticos que deben autoaplicarse e informar el grado de acuerdo en una escala 1-7	Fiabilidad: ($\alpha = .68$) y ($\alpha = .79$). Validez: correlaciones positivas con empatía de otras escalas y negativas con conducta antisocial

Figura 1. Instrumentos de evaluación pretest-postests

se compone de 25 actividades distribuidas en tres módulos: (1) Conceptualización e identificación de roles; (2) Consecuencias, derechos y responsabilidades; y (3) Estrategias de afrontamiento.

Un ejemplo de actividad del programa es “*Respondiendo a los agresores*”. Primero se proyecta un vídeo (Ficcio-n, 2009), que muestra la historia de un grupo de adolescentes que propinan una brutal paliza a un adolescente, que como resultado de la misma debe ser hospitalizado. El ataque es filmado con el móvil y subido a YouTube. En este vídeo un adolescente sufre un ataque de “*happy slapping*” realizado por Roy, el agresor, y su pandilla de apoyo. Tras visionar el vídeo, se forman equipos de 5 personas que debaten si los agresores deben ser castigados y lo que se debe hacer para erradicar su conducta agresiva. Para ello, cada equipo registrará las respuestas que vayan enumerando sus miembros. Posteriormente, rotativamente cada equipo selecciona por consenso la forma más eficaz y constructiva de penalizar al agresor/es y dramatiza una escena mostrando en la representación la forma de resolución seleccionada. Después de las representaciones, en gran grupo, sentados en el suelo en posición circular, se comentan las respuestas de cada equipo y se abre un debate en el que se analizan “pros y contras” de las respuestas propuestas por los equipos clarificando cuáles son las más eficaces para inhibir las conductas agresivas de los perpetradores.

La aplicación del programa consiste en la realización de 1 sesión de intervención semanal de una hora de duración, dirigida por un adulto con formación psicopedagógica. Las sesiones comienzan con los miembros de grupo sentados en el suelo en posición circular. El adulto explica la actividad, sus objetivos..., y los participantes desarrollan la acción. Posteriormente, se abre una fase de discusión y reflexión guiada por el adulto. El adulto fomenta la reflexión crítica, mediante la formulación de preguntas. Todas las sesiones se configuran siguiendo este esquema. El programa utiliza diversas técnicas de dinámicas de grupo que tienen como finalidad estimular el desarrollo de la actividad y el debate: role-playing, torbellino de

ideas, estudio de casos, discusión guiada mediante la formulación de preguntas...

Resultados

En primer lugar, se obtuvieron las puntuaciones directas en todas las variables objeto de estudio evaluadas con los instrumentos aplicados en la fase pretest. Estas puntuaciones fueron posteriormente transformadas en puntuaciones percentiles tomando como referencia los baremos elaborados para cada instrumento con una muestra de tipificación de 176 adolescentes del mismo nivel de edad. Posteriormente, se realizó el mismo proceso con los datos recogidos en la evaluación postest, y se compararon los cambios pretest-postest en las puntuaciones percentiles de todas las variables medidas. Los resultados (puntuaciones percentiles) obtenidos por Ana en la fase pretest y postest se presentan en la Tabla 1 y en las Figuras 2 y 3.

Los resultados de Ana en la fase pretest y postest, que evidencian el cambio que se ha producido en ella por efecto del programa de intervención (Cyberprogram 2.0), ponen de relieve que Ana:

- (1) En Bullying, en la fase pretest y postest tuvo puntuaciones promedio en los 3 roles (víctima, agresor, observador).
- (2) En cyberbullying, en la fase pretest tenía puntuaciones muy altas en cibervictimización (centil 99), y promedio en cibera-gresión y ciberobservación, mientras que en la fase postest disminuyó significativamente en cibervictimización (centil 1), lo que confirmó la eficacia del programa en la disminución de las conductas de cyberbullying que Ana había sufrido.
- (3) En diversos tipos de violencia escolar, en la fase pretest Ana tenía un alto nivel de percepción de distintos tipos de violencia en su centro (del profesor al alumno, violencia física, verbal y a través de las TIC entre alumnado) (centiles entre 85 y 97), mientras que en la fase postest únicamente seguía evidenciándose una puntuación muy elevada

- en percepción de la violencia del profesor al alumno, aunque la violencia física y verbal entre el alumnado se mantenía en niveles ligeramente altos. Estos resultados muestran una reducción de la percepción de la violencia física y verbal entre el alumnado y una disminución relevante de las conductas violentas mediante TIC.
- (4) En agresividad impulsiva y premeditada, en la fase pretest Ana mostraba una puntuación promedio en la primera (centil 70) y muy alta en la segunda (centil 90), mientras que en la fase posttest, la agresividad impulsiva se mantenía en nivel promedio (centil 75), y la premeditada pasó a un nivel promedio-bajo (centil 37), lo que representa una reducción significativa de sus conductas de agresividad premeditada.
- (5) En conductas sociales positivas, en la fase pretest se observan puntuaciones bajas en conductas de ayuda-colaboración (centil 19), que en el posttest permanecen más o menos similares (centil 14), mientras que el resto de las conductas sociales positivas (conformidad social, seguridad-firmeza, liderazgo) se mantienen dentro del promedio en ambas fases de la evaluación.
- (6) En conductas sociales negativas, en la fase pretest Ana tuvo puntuaciones altas en conductas de agresividad-terquedad (centil 88) y dominancia (centil 90), mientras que en la fase posttest las agresivas se reducen algo (centil 80) y las de dominancia se reducen muy significativamente mostrando un nivel promedio (centil 50).
- (7) En autoestima, de un nivel promedio en el pretest (centil 50), pasa a un nivel alto en el posttest (centil 90), lo que evidencia una mejora de la autoestima.
- (8) En estrategias de resolución de conflictos, en el pretest Ana muestra puntuaciones elevadas en uso de estrategias agresivas como técnica de resolución de conflictos (centil 85) que disminuyen muy significativamente en la fase posttest (centil 25); mientras que el uso de estrategias de resolución cooperativas

aumenta desde la fase pretest (centil 1) al posttest (centil 50).

- (9) La capacidad de empatía, en el pretest está en un nivel muy bajo (centil 19) mientras que en el posttest aumenta de forma relevante a un nivel promedio (centil 60).

Tabla 1
Puntuaciones percentiles en las fases pretest y posttest en las variables evaluadas

	Pretest	Posttest
Cyberbullying Screening		
Bullying Víctima	60	60
Bullying Agresor	55	55
Bullying Observador	50	75
Cibervíctima	99	1
Ciberagresor	75	1
Ciberobservador	75	65
Violencia Escolar		
Del profesorado al alumnado	95	90
Violencia física alumnado	95	83
Violencia verbal alumnado	85	80
Exclusión social	10	75
Disrupción en el aula	80	80
Violencia TIC	97	72
Agresividad		
Agresividad Impulsiva	70	75
Agresividad Premeditada	90	37
Conducta Social		
Conformidad social	45	35
Ayuda-Colaboración	19	14
Seguridad-Firmeza	75	20
Liderazgo	70	45
Agresividad-Terquedad	88	80
Dominancia	90	50
Apatía-Retraitamiento	15	20
Ansiedad social	1	1
Autoestima		
Nivel de Autoestima	50	90
Estrategias Resolución Conflictos		
Cooperativas	1	50
Agresivas	85	25
Pasivas	35	25
Empatía		
Capacidad de Empatía	19	60

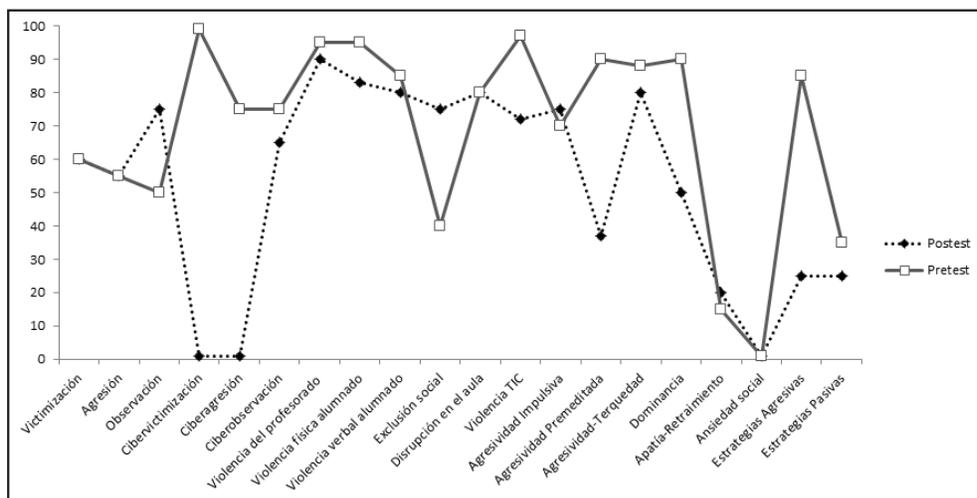


Figura 2. Representación de las puntuaciones percentiles en las fases pretest y posttest en las variables negativas

Discusión

El estudio tuvo como objetivo evaluar los efectos de un programa de prevención/intervención grupal en una adolescente cibervictimizada. Los resultados han confirmado que participar en el programa Cyberprogram 2.0 aplicado de forma grupal ejerció un efecto muy positivo en Ana ya que disminuyeron las conductas de cibervictimización (conductas de acoso utilizando las TIC, por ejemplo, robo de contraseña, difamación, envío de mensajes insultantes, amenazantes vía móvil o Internet...), la percepción de la violencia física, verbal y mediante las TIC entre el alumnado, la agresividad premeditada, las conductas de dominancia (tendencia a dominar a los demás para conseguir el propio provecho; tendencia a competir), y el uso de estrategias agresivas como técnica de resolución de conflictos (estrategias centradas en uno mismo, en hacer que las cosas se hagan según su criterio, actuando de forma agresiva y autoritaria). Además, aumentó significativamente el uso de estrategias de resolución de conflictos basadas en el diálogo y la cooperación, su autoestima (sentimientos de autovaloración) y

su capacidad de empatía (capacidad cognitiva/afectiva de hacerse cargo de los estados emocionales de otros seres humanos). Estos resultados confirman la hipótesis 1, y parcialmente la hipótesis 2.

Los resultados han puesto de relieve el positivo efecto que puede tener un programa grupal, que potencia la empatía con la víctima y el análisis de las consecuencias del bullying/cyberbullying para todos los implicados, sobre una adolescente con un alto nivel de cibervictimización, y apuntan en la dirección de otros programas antibullying (Cerezo et al., 2011; Chaux et al., 2016; Mestre et al., 2012; Monjas y Avilés, 2006; Olweus et al., 2007) que han confirmado efectos positivos de las intervenciones antibullying (ver Garaigordobil 2017b).

No obstante, cabe enfatizar que la única manera de combatir el bullying en todas sus formas de expresión es la cooperación entre todos los implicados: profesores, padres, estudiantes... La intervención debe plantearse en 4 niveles: (1) Institucional, es decir, todo el centro educativo debe estar implicado; (2) Familiar, ya que es fundamental la participación de los padres en el

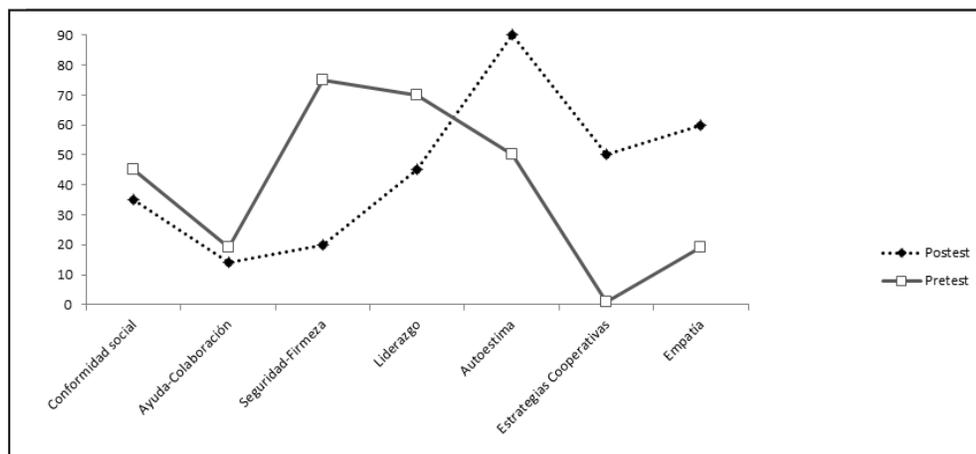


Figura 3. Representación de las puntuaciones percentiles en las fases pretest y posttest en las variables positivas

proceso, informando de los resultados de las evaluaciones que se llevan a cabo en el centro y solicitando su colaboración y seguimiento cuando se producen incidentes; (3) Grupal, con el grupo en su conjunto llevando a cabo programas de intervención socio-emocional y antibullying; e (4) Individual, con el agresor y con la víctima (Garaigordobil y Oñederra, 2010).

El estudio evidencia la eficacia de un programa de intervención grupal en la reducción de la cibervictimización. El programa aplicado en este estudio, Cyberprogram 2.0 ha sido validado experimentalmente con un diseño cuasi-experimental de medidas repetidas pretest-posttest y grupos de control, habiendo demostrado sus positivos efectos en diversas variables conductuales, cognitivas y emocionales del desarrollo de los adolescentes. En concreto evaluaciones previas relacionadas con la validación del programa han mostrado su capacidad para aumentar conductas sociales positivas (Garaigordobil y Martínez-Valderrey, 2014b), disminuir la victimización y la perpetración de bullying/cyberbullying, aumentar la empatía (Garaigordobil y Martínez-Valderrey, 2015a), la capacidad para

resolver conflictos constructivamente, la autoestima (Garaigordobil y Martínez-Valderrey, 2015b), así como disminuir diversos tipos de violencia escolar y la agresividad impulsiva-premeditada (Garaigordobil y Martínez-Valderrey, 2016). Los resultados tanto a nivel grupal como individual enfatizan la importancia de implementar este tipo de programas de forma sistemática como medio de prevención del acoso en todas sus modalidades.

Entre las limitaciones de la investigación cabe destacar el uso de autoinformes con el sesgo de deseabilidad que implican. Por consiguiente, futuros estudios deberían incorporar la evaluación de padres, profesores y/o iguales, así como medidas basadas en la observación de la conducta. El trabajo aporta una herramienta de prevención e intervención eficaz para mejorar las cogniciones, las emociones y las conductas asociadas a la inhibición de la violencia.

Referencias

- Aftab, P. (2006). *Ciberbullying. Guía práctica para madres, padres y personal docente*. Bilbao: Fundación EDEX.
- Álvarez-García, D., Barreiro-Collazo, A., Núñez, J.C., & Dobarro, A. (2016). Validity and reliability of the Cyber-aggression Questionnaire for Adolescents (CYBA). *The European Journal of Psychology Applied to Legal Context*, 8, 69-77. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.1016/j.ejpal.2016.02.003>
- Álvarez-García, D., Dobarro, A., & Núñez, J.C. (2015). Validez y fiabilidad del cuestionario de cibervictimización en estudiantes de Secundaria. *Aula Abierta*, 43, 32-38. doi:10.1016/j.aula.2014.11.001
- Álvarez-García, D., Núñez, J.C., Rodríguez, C., Álvarez, L., & Dobarro, A. (2011). Propiedades psicométricas del Cuestionario de Violencia Escolar Revisado (CUVE-R). *Revista de Psicodidáctica / Journal of Psychodidactics*, 16(1), 59-83. doi:10.1387/RevPsicodidact.1146
- Andreu, J.M. (2010). *CAPÍ-A: Cuestionario de Agresividad Premeditada e Impulsiva en Adolescentes*. Madrid: TEA.
- Buelga, S., Cava, M.J., & Musitu, G. (2012). Validación de la escala de victimización entre adolescentes a través del teléfono móvil y de Internet. *Revista Panamericana de Salud Pública*, 32, 36-42. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.1590/S1020-49892012000700006>.
- Bryant, B. (1982). An index of empathy for children and adolescents. *Child Development*, 53, 413-425.
- Cerezo, F., Calvo, A.R., & Sánchez, C. (2011). *El programa CIP: Concienciar, Informar y Prevenir; para la intervención específica en bullying*. Madrid: Pirámide.
- Chaux, E., Velásquez, A.M., Schultze-Krumbholz, A., & Scheithauer, H. (2016). Effects of the cyberbullying prevention program Media Heroes (*Medienhelden*) on traditional bullying. *Aggressive Behavior*, 42, 157-165. doi:10.1002/ab.21637
- Ferguson, C.J., San Miguel, C., Kilburn, J.C., & Sánchez, P. (2007). The effectiveness of school-based anti-bullying programs: A meta-analytic review. *Criminal Justice Review*, 32, 401-414. doi:10.1177/0734-016807311712
- Ficcio-n (2009). X nada [Video]. Disponible en <http://www.youtube.com/watch?v=REA80mMaCsY>
- Garaigordobil, M. (2011). Prevalencia y consecuencias del cyberbullying: una revisión. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 11(2), 233-254.
- Garaigordobil, M. (2013). *Cyberbullying: Screening de acoso entre iguales*. Madrid: TEA.
- Garaigordobil, M. (2015). Cyberbullying in adolescents and youth in the Basque Country: Prevalence of cybervictims, cyberaggressors, and cyberobservers. *Journal of Youth Studies*, 18(5), 569-582. doi:10.1080/13676261.2014.992324.
- Garaigordobil, M. (2017a). *Bullying y Cyberbullying: Definición, prevalencia, consecuencias y mitos*. Barcelona: Fundació per la Universitat Oberta de Catalunya.
- Garaigordobil, M. (2017b). *Bullying y Cyberbullying: Evaluación, prevención e intervención*. Barcelona: Fundació per la Universitat Oberta de Catalunya.
- Garaigordobil, M., & Martínez-Valderrey, V. (2014a). *Cyberprogram 2.0. Un programa de intervención para prevenir y reducir el ciberbullying*. Madrid: Pirámide.
- Garaigordobil, M., & Martínez-Valderrey, V. (2014b). Effect of Cyberprogram 2.0 on reducing victimization and improving social competence in adolescence. *Revista de Psicodidáctica / Journal of Psychodidactics*, 19, 289-305. doi:10.1387/RevPsicodidact.10239
- Garaigordobil, M., & Martínez-Valderrey, V. (2015a). Cyberprogram 2.0: Effects of the intervention on “face-to-face” bullying, cyberbullying, and empathy. *Psicothema*, 27, 45-51. doi:10.7334/psicothema2014.78

- Garaigordobil, M., & Martínez-Valderrey, V. (2015b). The effectiveness of Cyberprogram 2.0 on conflict resolution strategies and self-esteem. *Journal of Adolescent Health, 57*(2), 229-234. doi:10.1016/j.jadohealth.2015.04.007
- Garaigordobil, M., & Martínez-Valderrey, V. (2016). Cyberprogram 2.0: Impact of the program on different types of school violence and premeditated/impulsive aggressiveness. *Frontiers in Psychology, 7*:428. doi:10.3389/fpsyg.2016.00428
- Garaigordobil, M., Martínez-Valderrey, V., & Machimbarrena, J.M. (2017). Intervención en el bullying y cyberbullying: Evaluación del caso Martín. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes (RPCNA), 4*(1), 25-32.
- Garaigordobil, M., & Oñederra, J.A. (2010). La Violencia entre iguales: *Revisión teórica y estrategias de intervención*. Madrid: Pirámide.
- Kymsey, W.D., & Fuller, R.M (2003). Conflictalk: An instrument for measuring youth adolescent conflict management message styles. *Conflict Resolution Quarterly, 21*(1), 69-78. doi:10.1002/crq.49
- Lam, L.T., & Li, Y. (2013). The validation of the E-Victimisation Scale (E-VS) and the E-Bullying Scale (E-BS) for adolescents. *Computers in Human Behavior, 29*, 3-7. doi:10.1016/j.chb.2012.06.021
- Mestre, M.V., Tur, A., Samper, P., & Malonda, E. (2012). *Programa de educación de las emociones: la convivencia*. Tirant lo Blanch: Valencia.
- Monjas, M.I., & Avilés, J.M. (2006). *Programa de sensibilización contra el maltrato entre iguales*. Valladolid: Consejería de Educación. Junta de Castilla y León.
- Moraleda, M., González, J., & García-Gallo, J. (1998/2004). *AECES. Actitudes y estrategias cognitivas sociales*. Madrid: TEA
- Olweus, D. (2007). *Olweus bullying Questionnaire*. Center City, MN: Hazelden Foundation. Recuperado de <http://www.olweus.org/public/stop-bullying-program.page> <http://corework.aca267.k12.ia.us/files/24/Olweus%20Bullying%20questionnaire.pdf>
- Olweus, D., Limber, S.P., Flerx, V.C., Mullin, N., Riese, J., & Snyder, M. (2007). *Olweus bullying prevention program: Schoolwide guide*. Center City, MN: Hazelden Foundation. Recuperado de <http://www.olweus.org/public/stop-bullying-program.page>
- Piñuel, I., & Oñate, A. (2006). *AVE. Acoso y Violencia Escolar*. Madrid: TEA.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Stewart, R.W., Drescher, C.F., Maack, D.J., Ebesutani, Ch., & Young, J. (2014). The development and psychometric investigation of the Cyberbullying Scale. *Journal of Interpersonal Violence, 29*, 2218-2238. doi:10.1177/088626051-3517552
- Ttofi, M.M., & Farrington D.P. (2011). Effectiveness of school-based programs to reduce bullying: A systematic and meta-analytic review. *Journal of Experimental Criminology, 7*, 27-56. doi:10.1007/s11292-010-9109-1