



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



**GENERATING SOCIAL INCLUSION THROUGH  
EDUCATION PILLS AND THEATRE OF  
OPPRESSED AROUND THE WORLD**

# MANUAL SIEP EN FORMATO VIRTUAL

 fundación  
**aspaym**  
castilla y león

 ROSTO  
SOLIDÁRIO  
Organização Não Governamental para o Desenvolvimento

 Cepay  
Centro de  
Estudios Paraguayos  
Antonio Guasch

 ideac

 BIDERBOST  
BOSCAN  
ROCHIN





**GENERATING SOCIAL INCLUSION THROUGH  
EDUCATION PILLS AND THEATRE OF  
OPPRESSED AROUND THE WORLD**

---

**SIEP HANDBOOK  
IN VIRTUAL  
FORMAT**







Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

# Material desarrollado en el proyecto SIEP - GENERATING SOCIAL INCLUSION THROUGH EDUCATION PILLS AND THEATRE OF OPPRESSED AROUND THE WORLD



With the support of the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

## **Coordinador:**

**Fundación ASPAYM Castilla y León, Valladolid, Spain**

## Socios:

**Biderbost Boscan Rochin**, de España

**Centro de Estudios Paraguayos Padre Antonio Guasch**, de Paraguay

**Instituto de Desarrollo de la Economía Asociativa**, de República Dominicana

**Rosto Solidario**, de Portugal





# ÍNDICE

1. DESCRIPCIÓN DEL PROYECTO... 6
  - 1.1. Objetivos... 6
  - 1.2. Grupos objetivo... 7
  - 1.3. Socios... 7
  
2. INTRODUCCIÓN AL TEATRO DE LOS OPRIMIDOS... 10
  - 2.1. Similitudes entre la pedagogía crítica de Paulo Freire y el T.O... 10
  - 2.2. El árbol del Teatro del Oprimido... 11
  
3. SOBRE EL BULLYING Y CYBERBULLYING... 14
  
4. ANÁLISIS DEL CONTEXTO DE CADA PAÍS ... 15
  - 4.1. Datos Oficiales... 15
  - 4.2. Grupos Focales... 17
  - 4.3. Marco legal/normativa... 26
  - 4.4. Programas destinados a su prevención en cada una de las comunidades... 30
  
5. PLATAFORMAS VIRTUALES PARA APLICAR SIEP... 33
  - 5.1. Blackboard... 33
  - 5.2. PowToon... 33
  - 5.3. Socrative... 33
  - 5.4. Zoom... 34



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

6. PÍLDORAS EDUCATIVAS EN FORMATO VIRTUAL...	35
7. EVALUACIÓN...	38
7.1. Evaluación Antes-Después...	38
7.2. Cuestionarios Socrative...	40
8. BIBLIOGRAFÍA...	44
9. ANEXOS...	46
9.1. Adaptaciones píldoras formato online...	47
9.2. Cuestionario de evaluación Antes-Después...	102
9.3. Quiz socrative...	107



# 1. DESCRIPCIÓN DEL PROYECTO

Una de las prioridades más importantes de la Unión Europea es la «Estrategia Europa 2020», que enfatiza el papel de la educación y la formación en la implementación de las políticas de juventud para contribuir al logro de un crecimiento inteligente, sostenible e inclusivo.

Por tanto, se promueve la inclusión social de las personas con menos oportunidades.

Desde la "Estrategia de Lisboa" se identifica la necesidad de fomentar la participación de la juventud en la vida democrática europea a través de actividades de aprendizaje no-formal, con el objetivo de mejorar las habilidades y competencias de las y los jóvenes, así como una ciudadanía activa para reducir la exclusión social.

Se promueve una mayor comprensión de la exclusión social a través del diálogo continuo y el intercambio de información y de buenas prácticas. Por tanto, el consorcio de nuestras entidades surge de la necesidad de brindar a nuestras organizaciones y trabajadores juveniles, oportunidades de capacitación y cooperación para establecer un espacio para el diálogo y el desarrollo de las competencias para promover el potencial de la diversidad y prevenir la exclusión social, centrándonos en el estudio de los casos de bullying y ciberbullying.

## 1.1. OBJETIVOS

### Objetivo principal

- Nuestro principal objetivo es enseñar a detectar estas barreras y actitudes sociales y buscar buenas prácticas para provocar un cambio social y así prevenir la exclusión social.

### Objetivos secundarios

- Proporcionar un espacio para el debate y el intercambio de buenas prácticas basadas en aportes teóricos y prácticos sobre la inclusión de jóvenes con o sin discapacidades y con menos oportunidades.
- Crear un programa de capacitación y educación para prevenir e intervenir en casos de bullying y ciberbullying con un enfoque participativo basado en las TIC.
- Intercambiar buenas prácticas sobre inclusión, mejorando así la calidad de las entidades relacionadas en la organización de actividades juveniles inclusivas.





Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

- Formar ciudadanos solidarios y críticos comprometidos con la diversidad que los rodea (las y los jóvenes empatizan y toman conciencia de la realidad cotidiana de las personas con discapacidad o con menos oportunidades).
- Mejorar la calidad de vida de la juventud con discapacidades o con menos oportunidades, facilitando su inclusión en todas las áreas políticas, promoviendo su independencia y participación en el entorno.
- Promover relaciones positivas entre la juventud, creando redes personales entre las y los jóvenes europeos y promoviendo su empoderamiento en general, y de la juventud con diversidad funcional, en particular.
- Construir y/o fortalecer a las organizaciones asociadas a la UE y los países socios latinoamericanos.

## 1.2. GRUPOS OBJETIVO

Jóvenes de 14 a 30 años de los siguientes países: España, Portugal, República Dominicana y Paraguay.

## 1.3. SOCIOS

Fundación ASPAYM Castilla y León, de España.

La Fundación tiene como objetivos promover la autonomía, la igualdad de derechos y oportunidades y mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad física, permitiéndoles una inclusión significativa en la sociedad. El trabajo en el campo de los servicios sociales se utiliza para ayudar a las personas durante todo su ciclo de vida y cuenta con el apoyo de expertos como neurólogos, fisioterapeutas, trabajadores sociales, educadores, especialistas en logopedia, psicólogos, especialistas en visión, ingenieros informáticos e investigadores.

Durante los últimos años, la Fundación ha desarrollado varios proyectos TIC y ha impulsado fuertemente el uso de las nuevas tecnologías como herramienta para mejorar la rehabilitación y la calidad de vida de las personas con discapacidad.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

### Instituto de Desarrollo de la Economía Asociativa (IDEAC), de República Dominicana:

Se trabaja con los valores de la Economía Social y Solidaria a través de las siguientes estrategias:

- Formar a las organizaciones acompañadas del IDEAC y promover una práctica basada en la Economía Social y Solidaria.
- Desarrollar iniciativas de participación que generen un relevo generacional en el movimiento Economía Solidaria.
- Promover alianzas y articulación con organizaciones afines al movimiento Economía Solidaria. Introducir el concepto de Economía Social y Solidaria a los distintos sectores económicos, sociales y políticos.
- Proponer y promover un marco legal favorable a la Economía Solidaria.
- Promover la constitución de empresas y su articulación en estructuras de integración.
- Gestionar alianzas con agencias o personas dentro de ellas, e instituciones nacionales para garantizar el financiamiento de las metas del plan estratégico y acciones futuras, al tiempo que se promueven estrategias para reducir la dependencia del financiamiento de la cooperación.

### Biderbost Boscan Rochin (BB&R), de España:

Es una consultora internacional con una destacada trayectoria en responsabilidad social empresarial en el ámbito de la juventud. La sede se encuentra en Salamanca, centro universitario de excelencia en el sur de Europa. Su plantel humano está formado por diez jóvenes profesionales de diversas culturas y disciplinas.

BB&R ha realizado proyectos para diferentes organismos internacionales (Unión Europea, Fundación EU-LAC, Banco Interamericano de Desarrollo, Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo, Banco Mundial, Organización Internacional para las Migraciones), ONG y agencias gubernamentales (España, Brasil, Noruega, Canadá, Bulgaria ). BB&R busca agregar valor mediante la incorporación de herramientas y estrategias que capaciten a los jóvenes y trabajadores juveniles para una integración exitosa en el mercado laboral y la vida cívica activa.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

### Rosto Solidário (RS), de Portugal:

Tiene como objetivo fomentar la ciudadanía mundial y la solidaridad mediante la mejora del desarrollo humano y social de las comunidades locales. Los principios básicos de RS son la participación cívica, la integración social, la solidaridad, la creación de redes y la asociación. El ámbito de trabajo incluye cuatro áreas principales: cooperación internacional para el desarrollo, educación para la ciudadanía global, voluntariado y apoyo social. La equidad de género, los derechos humanos y la inclusión social se abordan como temas transversales en todos los programas implantados. También adopta enfoques de educación no formal para fomentar oportunidades de aprendizaje a lo largo de la vida siguiendo el marco de ciudadanía global.

La condición jurídica de RS de utilidad pública como ONG ha sido reconocida por el Ministerio de Relaciones Exteriores en 2008. Como miembro de la Plataforma NGOD portuguesa, está representada tanto en el Grupo de trabajo sobre educación para el desarrollo como en el Grupo de trabajo sobre ética.

RS es una organización acreditada de acogida y envío de proyectos de Servicio Voluntario Europeo desde 2011. A nivel local, RS es miembro de la "Rede Social do concelho de Santa Maria da Feira" (red local de 115 organizaciones que prestan servicios sociales, siguiendo el Plan de Acción Nacional para Pautas de inclusión).

### Centro de Estudos Paragwaios Padre Antonio Guasch (CEPAG), de Paraguay:

Es una organización sin fines de lucro de los Jesuitas en Paraguay. El CEPAG es autónomo en su organización-funcionamiento y autosuficiente en la gestión de sus activos y recursos, con el fin de apoyar, capacitar e investigar en los campos de la cultura, la educación y la acción social a favor de la juventud. Los proyectos de desarrollo de capacidades del CEPAG están dirigidos a diferentes grupos destinatarios (profesionales, indígenas, líderes sociales, formadores de opinión), pero con especial énfasis en los jóvenes trabajadores y jóvenes con menos oportunidades. El principal objetivo de estos proyectos es generar, por un lado, buenas prácticas en los ámbitos de la cultura, la educación y la acción social, y, por otro, desarrollar competencias y habilidades que puedan contribuir al cambio social y a la Fortalecimiento de los sectores sociales más desfavorecidos, especialmente los jóvenes con menos oportunidades.

## 2. INTRODUCCIÓN AL TEATRO DEL OPRIMIDO

El Teatro del Oprimido es una metodología muy útil para aprender a detectar, analizar y visibilizar estas situaciones de desigualdad y opresión como se dan en los casos de bullying y ciberbullying. Permite a las personas reflexionar y experimentar sobre los problemas y las barreras sociales que se encuentran en su entorno, logrando una mejor comprensión de sí mismos, de sus comunidades y del mundo y así poder transformar dicha realidad. Por tanto es una herramienta innovadora que sirve para promover la inclusión social y la ciudadanía activa.

El T.O. es un movimiento teatral, originado por el actor Augusto Boal en Brasil a lo largo de los años 70. Este tipo de teatro presenta una formulación teórica y un método estético, que reúne un sistema de ejercicios físicos, juegos y técnicas teatrales diseñadas con la finalidad de conseguir que el lenguaje teatral se convierta en una herramienta liberadora y de lucha para transformar situaciones de injusticia social que sitúa a ciertos colectivos en posición de desventaja con respecto a otros (Badía, 2008 & Ibarzabal, 2015).

### 2.1. SIMILITUDES ENTRE LA PEDAGOGÍA CRÍTICA DE PAULO FREIRE Y EL T.O.

#### FIGURAS OPRESOR-OPRIMIDO

Aparición necesaria de la relación dicotómica entre dos figuras principales, conocidas como opresor/a y oprimido/a.



## CONCIENCIA SOCIAL

Conocimiento sobre la situación de conflicto social y las estructuras macrosociales generadoras y perpetuadoras de las dinámicas de opresión.

## RELACIÓN DIALÓGICA

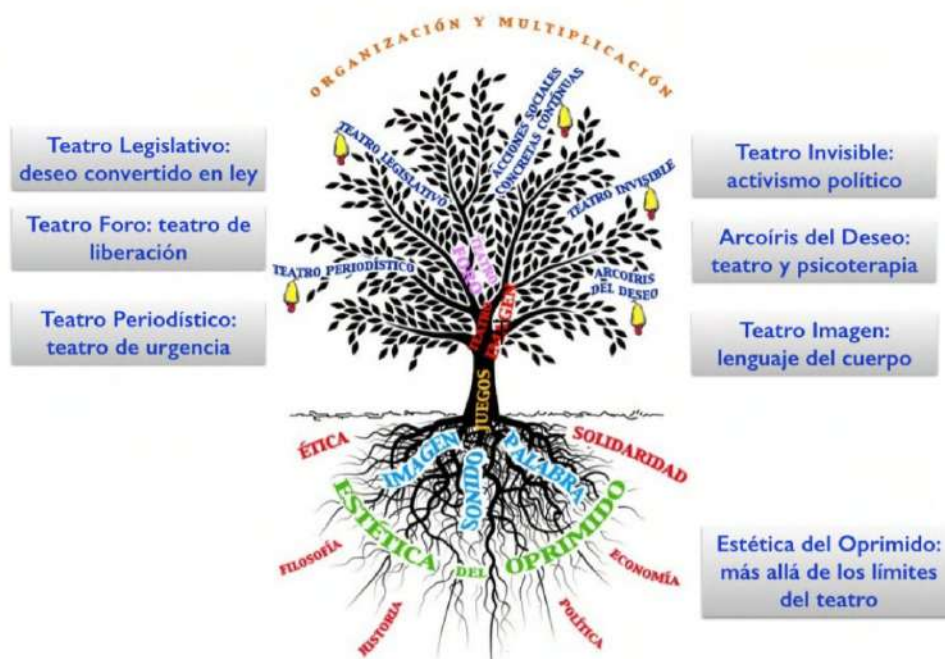
Freire considera la necesidad del diálogo permanente entre el/la opresor/a y el/la oprimido/a, a lo que Boal añade el diálogo entre el público y los/las actores/actrices.

## EDUCACIÓN CRÍTICA

La promoción de una educación crítica y participativa que fomente la transformación frente a la situación de conflicto social.

## 2.2. EL ÁRBOL DEL TEATRO DEL OPRIMIDO

Este árbol representa el método del TO (estructura pedagógica, principios filosóficos, especificidad estética y sus metas políticas). Metáfora de combinación de permanencia y transformación que se armonizan y complementan. Para crecer hacia fuera necesita tener raíces fuertes hacia adentro. Para vivir está en diálogo constante con el ambiente.





### 2.2.1. JUEGOS Y EJERCICIOS

Jugando conectamos con la experiencia simbólica, con la interconexión entre nosotros y con el entorno; el juego nos conduce a la des-mecanización de las estructuras musculares y del movimiento; nos conecta con la capacidad de reír; con la libertad y también con la norma, con los acuerdos colectivos para que el juego sea respetuoso y la convivencia sea posible (Forcadas, 2015).

### 2.2.2. ESTÉTICA DEL OPRIMIDO

Esta modalidad se nutre de los elementos más esenciales, de nuestros propios sentidos y recursos de comunicación y comprensión: la IMAGEN, la PALABRA y el SONIDO.

### 2.2.3. TEATRO PERIODÍSTICO

Es una técnica muy potente para conectar las opresiones personales y del grupo con la actualidad mediática, y viceversa, a partir de las noticias de prensa. Por ejemplo, para conectar con la realidad del colectivo y sus reivindicaciones. Nos permite leer más allá de las noticias, conocer más sobre las temáticas que se estén trabajando, o hacer más compleja la representación del marco que permite el conflicto social que estemos representando (Motos, 2009 & Forcadas, 2015).

### 2.2.4. TEATRO LEGISLATIVO

Esto implica un proceso participativo que se articula a partir de diversas representaciones de Teatro-Foro, y de la posterior sistematización de las propuestas ensayadas, para ser presentadas como propuesta legislativa. Es una experiencia integral de movilización ciudadana, de canalización del debate social y de la articulación concreta de propuestas de cambio y reconocimiento legal de los derechos ciudadanos, a partir de la experiencia estética del T.O (Motos, 2009 & Forcadas, 2015).

### 2.2.5. TEATRO INVISIBLE

Es una técnica para llegar a población que no vendrá voluntariamente a un espacio de debate o reflexión estética. Obliga a una buena preparación de los argumentos y la representación de varios discursos en un contexto de cotidianidad, sin que se sepa que se trata de una acción preparada. El objetivo, no es más que encender el debate público sobre una temática o situación específica (Motos, 2009 & Forcadas, 2015).



### 2.2.6. TEATRO IMAGEN

Se trata de una serie de ejercicios para fotografiar las experiencias vividas o imaginadas. Imágenes que creamos y esculpimos a partir de nuestros cuerpos. Y que nos permiten identificar una sección concreta, un momento clave de la situación o tema que queremos hacer visibles. Y al mismo tiempo nos conectan con la idea de la polisemia, con la idea de que la diversidad de interpretaciones de una misma imagen facilita la convivencia en la diversidad y la apertura de la creatividad (Forcadas, 2015).

### 2.2.7. EL ARCOIRIS DEL DESEO

Esta propuesta suma una importante diversidad de técnicas para exteriorizar las opresiones interiorizadas. Se trata de ponerle cara, cuerpo, voz y acción en mensajes, ideas, valores y creencias que con el paso del tiempo y la opresión cultural y material de cada lugar y momento se han ido sedimentando en el circuito interno de las personas y los grupos. A menudo la utilizamos para la comprensión y construcción más compleja de los personajes de las piezas de Teatro-Foro. O para investigar con mayor profundidad alguna situación o personaje en el proceso de creación teatral y para compartir vivencias adentrándonos a capas más profundas. Nos permite desvelar la diversidad de colores y voces interiorizadas en una misma situación (Motos, 2009; Salvador, 2011 & Forcadas, 2015).

### 2.2.8. MULTIPLICACIÓN

Es una aventura de reconocimiento del aprendizaje realizado y de las ganas de compartir un método siempre en expansión y disponible a ser apropiado para aquellas personas que así lo necesiten y lo deseen (Forcadas, 2015). Por tanto, se considera que es necesaria su difusión.

### 2.2.9. TEATRO FORO

La experiencia en la creación, representación y dinamización de piezas de Teatro Foro es muy rica, conforma el eje central del Teatro de los y las Oprimidas. En el foro se genera un espacio de diálogo colectivo donde aprendemos a través de lo que vemos, de lo que hablamos, pero sobre todo de lo que ensayamos en el escenario. Subir al escenario nos permite reconocernos desde lo enérgico y vital (necesario y deseado), nos muestra capaces de hacer las cosas a nuestra manera, nos permite sentirnos co-protagonistas de lo que sucede y convertirse así sujetos con capacidad de proposición y de acción en el marco colectivo de la interacción.



## 3. SOBRE EL BULLYING Y CYBERBULLYING

### **BULLYING**

El bullying es una conducta agresiva y no deseada entre personas jóvenes, donde hay una desigualdad de poderes (real o percibida). Es reconocido como un problema serio y complejo, ya que tiene consecuencias negativas en la salud y en el ámbito social (tanto de la persona opresora como de la oprimida).

#### TIPOS DE BULLYING

##### **FÍSICO**

Es cualquier forma de agresión física que lastime el cuerpo de la víctima; pueden ser golpes, empujones, rasguños, tirones de pelo, patadas o, incluso, agresiones con algún objeto utilizado como arma.

##### **VERBAL**

Implica que la víctima sea atacada con palabras, insultos, apodos, groserías y/o burlas.

##### **PSICOLÓGICO**

Se configura a través de amenazas y/o burlas persistentes que hacen que la autoestima de la víctima se vea afectada y aumente su sensación de temor.

##### **SOCIAL**

Ocasiona que las víctimas se aislen. Se hace ignorando, excluyendo o corriendo rumores sobre ellas.

##### **SEXUAL**

Es cualquier tipo de maltrato, burla y/o amenaza que está relacionado a un tema sexual. Pueden intimidar, hacer comentarios sexualmente ofensivos, levantar la ropa o bajar los pantalones para burlarse. Incluso puede llegar al toqueteo o sometimiento de la víctima a cuestiones sexuales con las que no está de acuerdo.

### **CYBERBULLYING**

El cyberbullying es el uso de tecnologías electrónicas para intimidar o acosar a otra persona a través del internet. Una de cada cinco personas jóvenes han estado expuestas al cyberbullying al menos una vez en su vida. Siendo ésta uno de los mayores riesgos asociados con el internet.





# 4. ANÁLISIS DEL CONTEXTO DE CADA PAÍS

## 4.1. DATOS OFICIALES

### 4.1.1. ESPAÑA

Entre los adolescentes entre 12 y 16 años de edad, se han realizado estudios que demuestran que casi el 10% de los estudiantes han sufrido bullying, siendo las niñas las más abusadas, con un 10% y los niños con un 7%. El acoso escolar en España es un problema que muchos niños y niñas sufren diariamente, aunque pensemos que es un mito.

- La edad en que se sufre más bullying es entre los 12 y 13 años de edad que es cuando entran en la etapa secundaria.
- En España 1 de 5 niños ha sido víctima del bullying con mayor porcentaje de mujeres que hombres.
- A nivel regional, el último informe elaborado por el Observatorio de la Convivencia Escolar de Castilla y León destaca que un 60% en el curso 2016/17 se vio obligado a comunicar algún tipo de incidencia.
- En los datos del último curso analizado 2017/18, se detalla que la Junta investigó en Valladolid 129 casos de supuesto acoso escolar, de los que sólo se pudieron confirmar 32.

### 4.1.2. PORTUGAL

En Portugal, los datos sobre bullying y cyberbullying son de diferentes fuentes, incluidas las fuerzas de seguridad, informes internacionales y estudios nacionales.

Teniendo en cuenta todos estos datos, el fenómeno del bullying y el cyberbullying en los últimos 15 años se revelan un problema preocupante y presente en el contexto de la escuela portuguesa:

- En cuanto al fenómeno del bullying, en términos generales la mayoría de los agresores y las víctimas tienen menos de 16 años;
- En 2015, en base al documento de UNICEF "Una cara familiar: La violencia en las vidas de los niños y adolescentes," Portugal fue el 15º país con más reportes de bullying en Europa. Entre el 31% y el 40% de los adolescentes portugueses de entre 11 y 15 años dijeron que habían sufrido bullying en la escuela una vez en menos de dos meses.



- En relación al cyberbullying, un estudio en Portugal reveló que 1 de cada 6 estudiantes de educación primaria y secundaria fue víctima de amenazas o de difamación a través de nuevas tecnologías.

#### 4.1.3. PARAGUAY

En Paraguay, se cuenta con pocos datos estadísticos precisos sobre la incidencia del bullying y cyberbullying, dado que la mayoría de estos datos provienen de fuentes no oficiales como los diarios digitales. No obstante, un trabajo de investigación realizado a nivel local señala la baja frecuencia de la agresión física como mecanismo para llevar a cabo el acoso escolar. Mientras que se vislumbran con mayor frecuencia el hostigamiento verbal y la manipulación social como formas de acoso tan encubiertas, que pocas veces son reconocidas como manifestaciones de dicho fenómeno.

Esto se debe a que gran parte de los niños y adolescentes que son víctimas de bullying no dimensionan que este fenómeno abarca mucho más que la agresión física, situación que puede traducirse que el porcentaje de denuncias efectuadas subestimen los casos reales.

De acuerdo con la Doctora Silvia González, presidente de una ONG que asiste a niños víctimas de bullying y mujeres maltratadas de todo el país, la mayor parte de las estadísticas expuestas por los organismos competentes solo muestran los datos que llegan a través de sus canales y se calculan cerca de 300 denuncias al año, por lo que se puede especular que los casos reales podrían alcanzar cifras aún más alarmantes.

#### 4.1.4. REPÚBLICA DOMINICANA

En República Dominicana, la prevalencia de acoso escolar es alta en las escuelas públicas dominicanas, con una tasa reportada de 33.6%. Los estudiantes reportan que el acoso verbal es el más común y que este ocurre con mayor frecuencia durante el recreo y otros momentos de ocio en el entorno escolar.

Un 20,2% de los alumnos reconoció ser víctima del robo o rotura de sus cosas, y un 16,7% mencionó el "ser insultado y ridiculizado" de forma permanente.

Los escolares violentos han sido, en su mayoría, víctimas de violencia. El 21% de los adolescentes encuestados afirmó que le dice a un alumno que no llegará a nada si se sigue portando mal y el 29% utiliza comparaciones de un alumno con otro como manejo de conducta.

## 4.2. GRUPOS FOCALES

Con el fin de detectar y documentar los pensamientos, opiniones y actitudes en torno a la incidencia del bullying en cada país, se trabajó con una muestra de 96 jóvenes de entre 14 y 30 años de edad, con y sin discapacidad y con características socioeconómicas distintas.

Se explicó a los jóvenes la contextualización del cuestionario y la necesidad de ser sinceros en sus respuestas. En este cuestionario se les han ido realizando una serie de preguntas sobre el bullying y sobre distintas situaciones relacionadas con ello.

A continuación, se realiza un análisis descriptivo de las respuestas que estas personas jóvenes marcaron, complementadas con distintas gráficas y tablas.

En referencia al concepto que los participantes tienen del bullying, la mayor parte de los evaluados indica que es una forma de abuso y que causa dolor (78%). Por su parte, 14% de los estudiantes señalan que el bullying es una manera en la que el agresor expresa su estado de ánimo, mientras que los 2% de los examinados refirieron que el bullying es algo normal, a

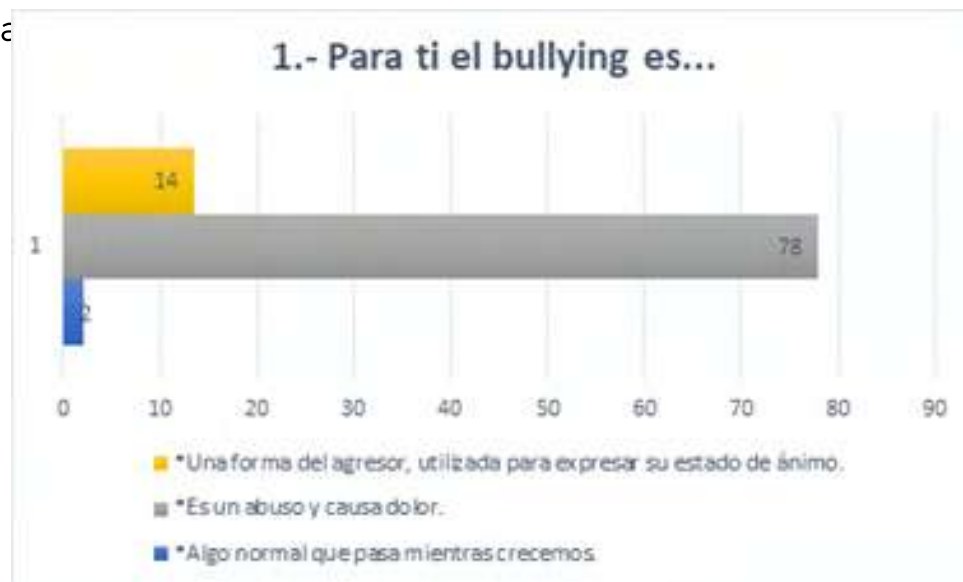


Gráfico 1

En cuanto a la necesidad de utilizar la violencia para casos de protección, 49% de los participantes indican que no les parece correcto hacer uso de ninguna forma de violencia como mecanismo de defensa personal.

Sin embargo, un 23% refiere que sí recurren a la violencia ocasionalmente, mientras que para un 19% es totalmente inaceptable valerse de conductas violentas, incluso si se reserva exclusivamente para salvaguardar la integridad personal. Finalmente, un 9% de los participantes se inclinan por utilizar casi siempre la violencia en caso de que requieran defenderse (ver gráfico 2).



Gráfico 2

Por otra parte, tras indagar sobre las repuestas que los participantes tendrían en caso de observar a un grupo de amigos y amigas suyos molestando permanentemente a otro niño/a y/o adolescente, haciéndole bromas pesadas, empujándolo, quitándole sus pertenencias., se pudo observar que la amplia mayoría intervendría, pidiendo a sus amigos que dejen de molestarlo e indicando que sus actos no eran correctos (66%). No obstante, 21% de los evaluados se limitaría a observar la situación sin entrometerse, aunque no estén de acuerdo con este tipo de actitudes. Finalmente, 13% de los examinados procederían a denunciar el hecho, poniéndolo en conocimiento de las autoridades u otras personas responsables (ver gráfico 3).



Gráfico 3

Por otro lado, en caso de que algún compañero los molestase a diario, amenazando incluso con golpearlos, un 34% de los evaluados preferiría aislarse, tratando de pasar desapercibido. Asimismo, 49% de los examinados recurriría a sus padres o alguna persona de confianza en búsqueda de ayuda y orientación. No obstante, un 14% de las y los participantes optarían por agredir a su/s compañero/s, inclusive hasta llegar a pelearse con él/ellos (ver gráfico 4).

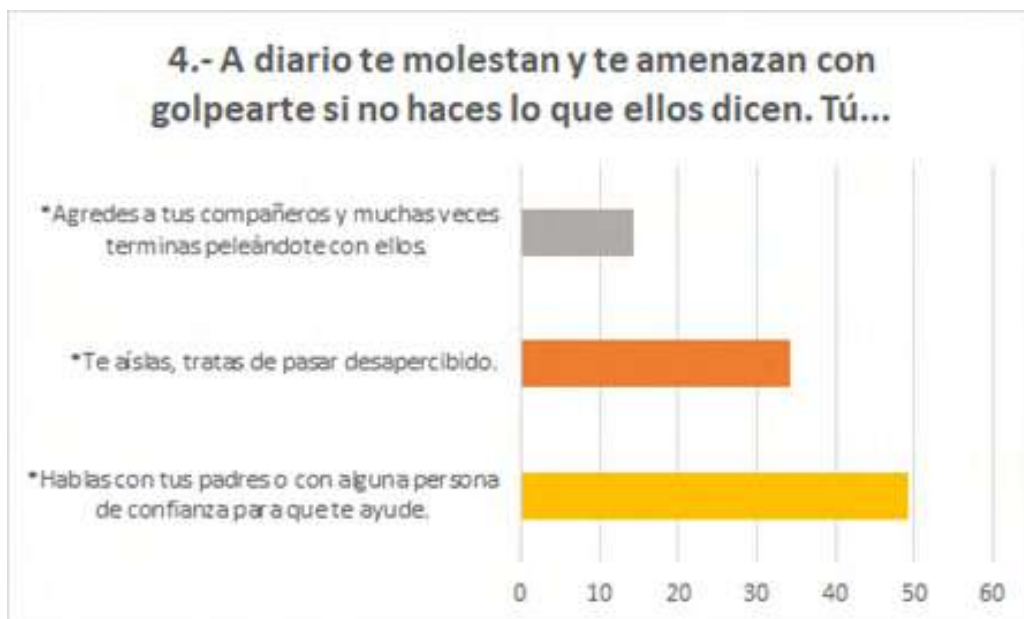


Gráfico 4

En cuanto a la percepción de los participantes sobre a quién o a quiénes afecta el bullying, se puede apreciar que la amplia mayoría tiene la percepción de que el acoso escolar no afecta solamente a la víctima, sino a todo su entorno (65%). Sin embargo, 29% de los evaluados todavía piensa que el bullying afecta exclusivamente al agredido. Es decir, a aquellos niños, niñas o jóvenes que son blancos directos de esta forma de acoso. Solo un 3% considera que afecta a los niños, niñas o jóvenes que lo ven (los testigos) y otros 3% a los que atacan (ver gráfico 5).



Gráfico 5

A su vez, tras analizar las respuestas relacionadas a las consecuencias del bullying, el 84% se inclinó al desarrollo del miedo por parte del victimario como principal resultado del acoso escolar. Otras consecuencias emergentes son el abandono escolar (62%) y las bajas calificaciones (45%). No obstante, el 3% de los encuestados señala que el bullying no tiene consecuencia alguna para los sujetos implicados (ver gráfico 6).



Gráfico 6

Seguidamente, luego de valorar las medidas que los participantes implementarían para detener alguna situación de Bullying, se pudo observar que la amplia mayoría intervendría, pidiendo a sus amigos que dejen de molestarlo e indicando que sus actos no eran correctos (66%). No obstante, 54% de los examinados procederían a denunciar el hecho, poniéndolo en conocimiento de sus padres. Finalmente, 17% de los evaluados se limitaría a observar la situación sin entrometerse (ver gráfico 7).

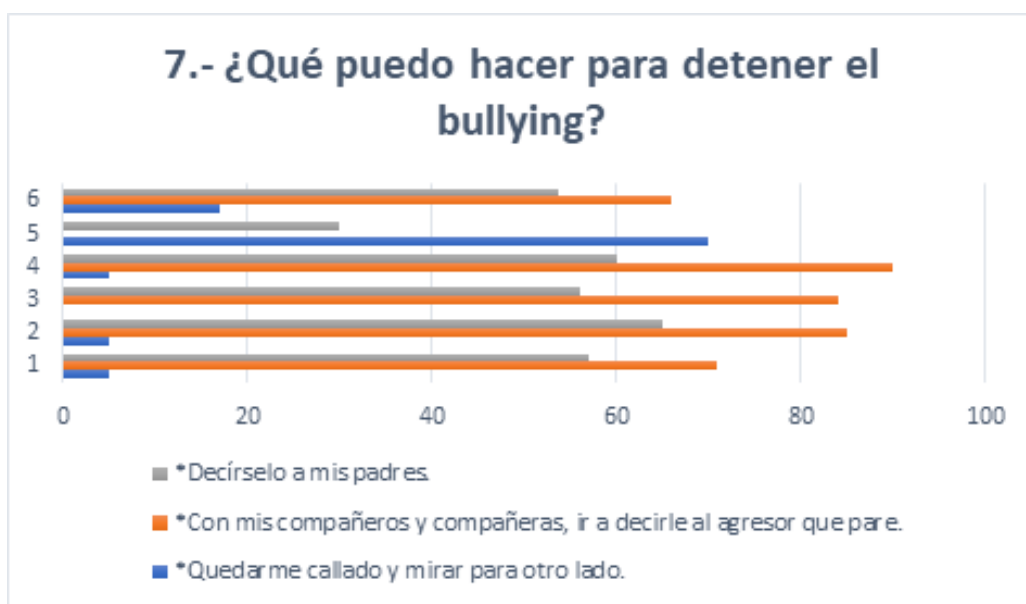


Gráfico 7

En torno al grado de precisión conceptual de los evaluados con respecto al cyberbullying, los hallazgos revelan que el 60% entiende este fenómeno como el acto de entrar a las redes sociales para publicar información sobre una persona sin su consentimiento y con la intención de provocarle algún daño.

En segundo lugar, el 49% de la muestra sugiere que se trata del uso de herramientas informáticas para hablar con gente desconocida, mientras que el 15% refiere que el Cyberbullying se relaciona con la visita a páginas web de contenido sexual y/o violento (ver gráfico 8).

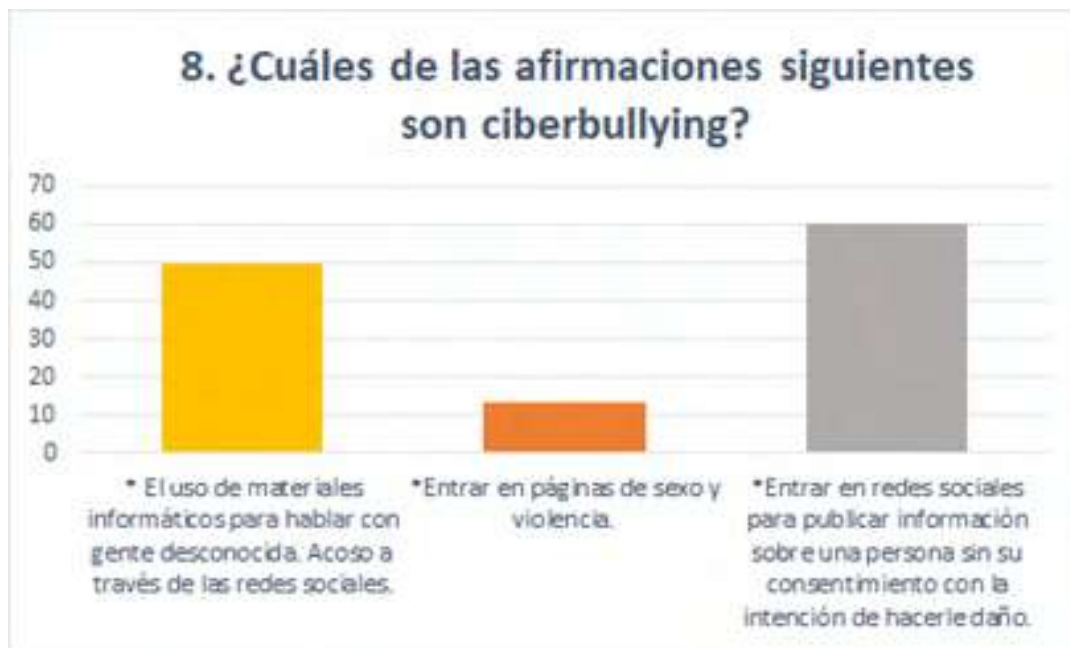


Gráfico 8

Sobre el “Teatro del Oprimido”, el 72% dice no haber oído nunca hablar de él; el 7% responde que es una técnica cuya finalidad es la reflexión y la participación del espectador/a; 4% dice que sirve para buscar soluciones a problemas sociales e interpersonales; y el 14% responde que las dos respuestas anteriores son correctas (ver gráfico 9).



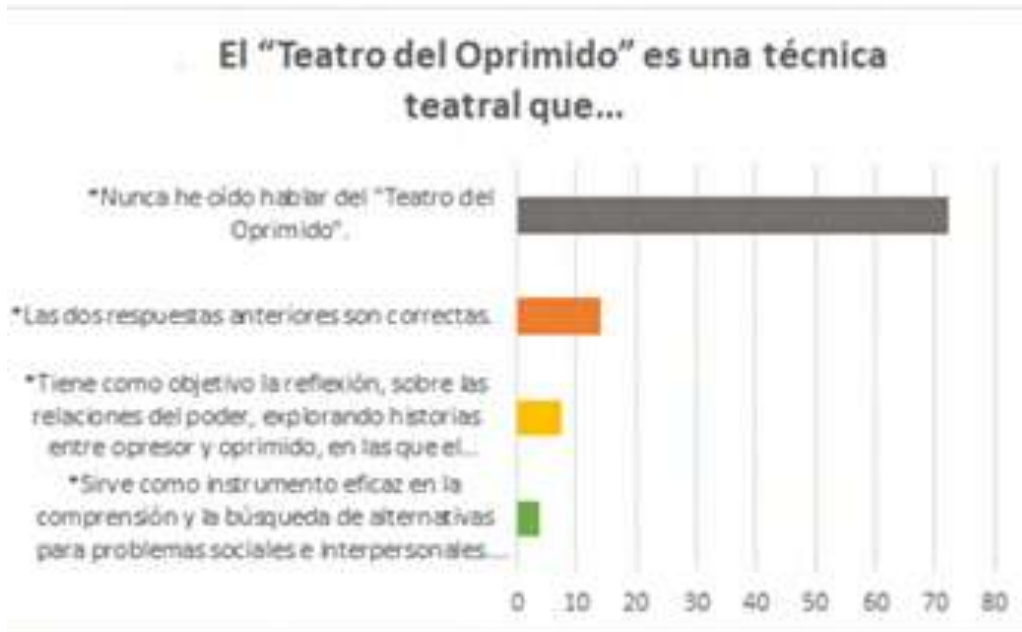


Gráfico 9

El cuestionario también tenía 10 preguntas de respuesta múltiple a responder: todos los días, a menudo, a veces, solo una vez o nunca. (ver gráfico 10)

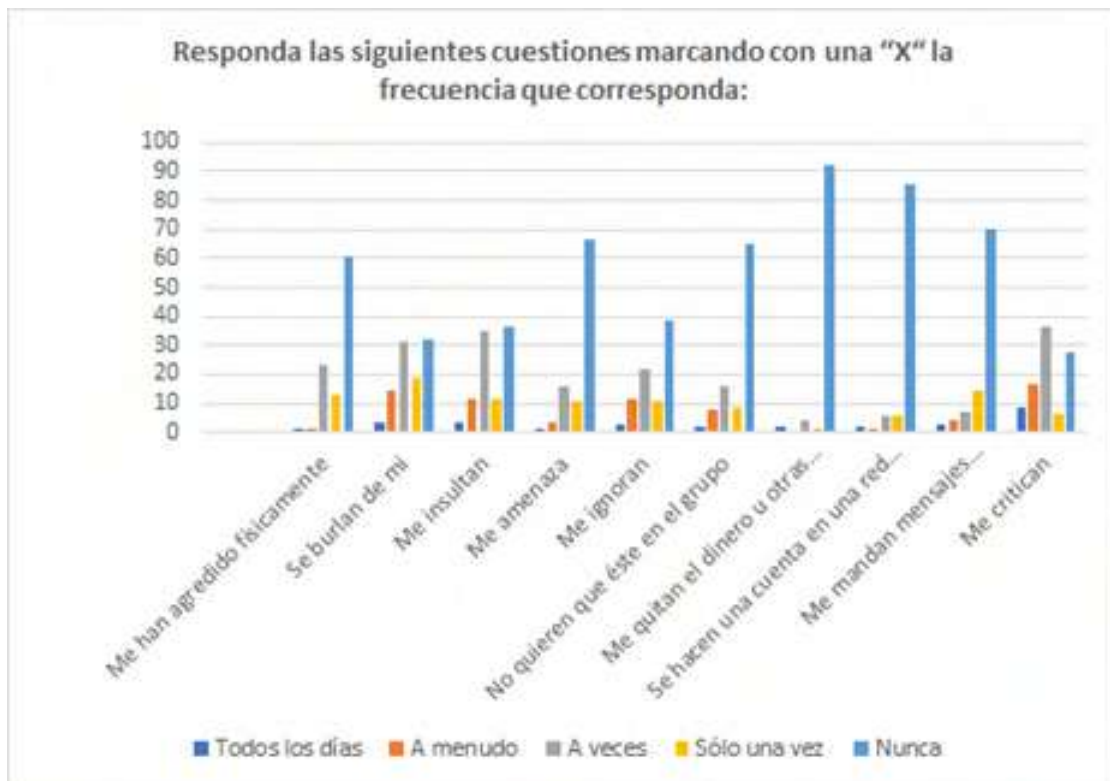


Gráfico 10



Por lo tanto, a la pregunta “Me han agredido físicamente”, el 60% han contestado que nunca, 23% a veces, 13% solo una vez, 1% a menudo y 1% todos los días.

Con relación a la frecuencia con que los participantes se perciben como objeto de burla, 32% de ellos refieren que nunca y 31% que a veces. En orden decreciente de prevalencia, 19% evaluados señalan que fueron blanco de burlas en una sola ocasión, 15% relatan ser objeto de bromas a menudo y solo 4% indican que se burlan de ellos diariamente.

Habiendo indagado sobre la periodicidad con la que se sienten insultados en los estudiantes, 36% de ellos indican que nunca han pasado por dicha situación, mientras que un total de 35% de las y los encuestados refieren que sí se han sentido insultados en algunas ocasiones.

No obstante, el 12% se ha descubierto como objeto de insultos a menudo y 3% todos los días. El 11% de los participantes sí se han sentido insultados sólo una vez.

Seguidamente, un 66% refieren que nunca se han sentido amenazados, mientras que un 11% de los evaluados señala que ha pasado por dicha experiencia en una única ocasión. No obstante, el 16% indica que fue amenazado en algunas ocasiones y un 4% a menudo.

De acuerdo con las respuestas, 3% de los participantes refiere sentirse ignorado por sus compañeros de manera diaria. 11% señala haberse sentido ignorado por los demás una sola vez, mientras que el 11% piensa que pasan inadvertidos a menudo. En orden decreciente de prevalencia, 38% de las y los participantes indican que nunca se han sentido ignorados, mientras que un total de 22% evaluados percibieron algunas situaciones aisladas en donde no fueron tomados en cuenta por sus pares.

Por otro lado, gran parte de la muestra refiere que nunca han percibido que sus compañeros no desean que formen parte de su grupo (66%). Sin embargo, el 34% sí se ha percatado de este tipo de rechazo por parte de sus congéneres: 16% a veces, 8% a menudo, 8% sólo una vez e 2% todos los días.



Otro dato llamativo es que solamente 4% de las y los participantes refiere que a veces sus compañeros le han sustraído su dinero o pertenencias. Contrariamente, la mayoría de los estudiantes señalan nunca haber sido víctimas de este tipo de hechos (92%).

En la pregunta “Se hacen una cuenta en una red social con mi nombre”, el 85% ha contestado que nunca, el 6% sólo una vez, el 5% a veces, el 2% a menudo y el 2% todos los días.

Por otro lado, si bien la mayoría de los encuestados nunca recibió mensajes insultantes al móvil o a alguna de sus redes sociales (70%), el 14% señala que ha pasado por esta experiencia una vez en sus vidas. Un 7% de ellos reciben ocasionalmente este tipo de mensajes, un 4% a menudo y un 2% todos los días.

Seguidamente, gran parte de la muestra señala que fue objeto de críticas ocasionalmente (37%). No obstante, 28% de los participantes dicen que nunca les pasó. El 6% fue víctima de este tipo de situación en una ocasión. El 16% de ellos se sienten criticados a menudo, un 8% se siente evaluado, ya que sienten que son objeto de críticas por parte de sus compañeros todos los días.

Este cuestionario fue realizado a gente joven para detectar situaciones de bullying en 4 países. De todas las respuestas que han ido dando a lo largo de la encuesta, podemos resaltar que una gran parte de los participantes definen al bullying como una situación de abuso o dolor y que para la mayoría de los entrevistados las consecuencias de que una persona sea víctima del bullying son el miedo, el abandono escolar y las bajas calificaciones.

El 65% de los participantes acredita que el bullying afecta a todos. La mayoría considera que no les parece bien usar la violencia para defensa y deciden intervenir cuando asisten a situaciones de bullying (hablar con otras personas, intervenir con compañeros/as, entre otras).

Por último, comentar que la mayoría de las personas de este cuestionario no admiten haber sido víctimas del bullying. Pero sí que alguna vez en su vida han recibido insultos, han sido ignorados por su supuesto grupo de amigos o han sido criticados.



## 4.3. MARCO LEGAL/NORMATIVA

### 4.3.1. ESPAÑA

A nivel Nacional, en España se han tomado las siguientes medidas legales respecto al bullying:

- El acoso escolar atenta contra el Artículo 173.1 del Código Penal, que castiga al que infrinja a otra persona un trato degradante, menoscabando gravemente su integridad moral.
- Los casos más graves de bullying pueden atentar también contra el Artículo 143.1, que castiga la inducción al suicidio de otra persona. Según estos artículos, la jurisdicción de menores actuará según los siguientes ejes:
  - Protección a la víctima con cese inmediato del acoso: medidas cautelares internamiento del acosador
  - Respuesta educativa sancionadora al agresor: Se pueden tomar medidas de libertad vigilada para el agresor, órdenes de alejamiento.
- Reparación de los daños y perjuicios: El acoso es resarcible a través de la vía civil.
- En relación a centros educativos:
  - Los profesores del centro educativo deben liderar la lucha contra el acoso escolar, ayudados por los padres y la comunidad escolar. Una vez detectado el problema, se intentará responder con medidas académicas (sanciones, expulsiones, reuniones con los alumnos y los padres).
  - El centro educativo, una vez conocido el acoso, debe informar al Centro de Protección de Menores y adoptar las medidas oportunas para detener los abusos.



- Si el acosador es mayor de 14 años, se iniciará un expediente en el ámbito del proceso penal juvenil.
- Cualquier persona tiene la obligación de comunicar a la Autoridad.
- Todos los colegios deberán contar con un Comité de Sana Convivencia Escolar.
- Los establecimientos educativos tienen el deber de procurar la capacitación permanente de los profesionales del centro en materia de orientación y manejo de conflictos.
- Toda la comunidad educativa debe informar al Establecimiento de cualquier acto de violencia física o psicológica, agresión u hostigamiento.
- Si las Autoridades del colegio no toman las medidas oportunas serán sancionadas.

#### 4.3.2. PORTUGAL

En el plano jurídico, en Portugal, el comportamiento de los estudiantes mayores de 12 años, donde sus acciones pueden ser calificadas por la ley penal como un delito, serán objeto de notificación obligatoria de conformidad con el artículo 55 del párrafo 2 del Estatuto del Estudiante y del artículo de la sección 1 73 de la Ley de Tutela para la Educación.

En el caso de que el alumno ya haya cumplido 16 años pasa a ser cubierto por el artículo 242 del Código Penal.

El actual Código Penal, tras la revisión de 2007, protege de forma reforzada los atentados contra la vida, la integridad física y el honor de las personas que integran la comunidad escolar.

Algunas de las situaciones de bullying, llevadas a cabo a través de agresiones contra alumnos que son particularmente frágiles y vulnerables, ya que son mucho más jóvenes y físicamente mucho más débiles que los agresores, en la clasificación de crimen de ofensas a la integridad física calificada, en virtud de lo dispuesto en los art. 145 y 132, apartado 2, al .c), del Código Penal.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

Algunas veces las situaciones del bullying están también asociadas a cuestiones raciales, étnicas, religiosas o incluso con el hecho de que el estudiante es homosexual o al menos ser tenido como tal. En estos casos, el marco legal se hará también en el crimen de ofensas a la integridad física calificada, con referencia a la letra f) del mencionado art. 132.

En la situación de las ofensas llevadas a cabo en contexto de grupo o con utilización de arma, cabrá en la letra h) y agravará también el crimen.

La divulgación de escenas que constituye una de las formas más comunes de cyberbullying, puede también integrar la práctica del crimen previsto en el art. 192 del Código Penal que reviste naturaleza semipública (198).

En los artículos 197 y 198 se encuadran la mayoría de las situaciones de recogida de fotografías o vídeos colocados en Youtube o en cualquier otro lugar de la red, que tenga como objetivo perjudicar y/o denigrar socialmente la imagen de una imagen personal.

#### 4.3.3. PARAGUAY

En Paraguay existen, en termos legales, los Protocolos de intervención (Resolución N° 8353/12), por los cuales se aprueba el Protocolo de Atención para los casos de violencia y acoso escolar en las instituciones educativas dependientes del Ministerio de Educación y Cultura.

Por otro lado, existe la Ley n° 4633 contra el acoso escolar en instituciones educativas públicas, privadas o privadas subvencionadas, promulgada el 6 de Julio de 2012. Esta Ley tiene como objetivo definir, prevenir e intervenir en los diversos tipos o modalidades de acoso u hostigamiento escolar en el ámbito educativo, así como adoptar las medidas que correspondan, de conformidad con las normas de convivencia de cada institución educativa, debidamente aprobadas por el Ministerio de Educación y Cultura, acorde con las buenas costumbres y las legislaciones vigentes.



Estas normas serán aplicables a las instituciones de enseñanza de gestión pública, privada o privada subvencionada de Paraguay.

En el artículo 3º. es dicho que el acoso u hostigamiento escolar puede darse bajo los siguientes tipos: físicos, directos, indirectos, verbal, psicológico y social. Estos tipos de acosos u hostigamiento escolar pueden provocarse a través de diferentes medios. Por lo cual, las conductas descritas más arriba como acoso u hostigamiento escolar, se deben de tomar de manera enunciativa y no taxativa.

#### 4.3.4. REPÚBLICA DOMINICANA

El Estado Dominicano emanan las *“Normas del Sistema Educativo Dominicano, para la convivencia armoniosa en los centros educativos públicos y privados, en cumplimiento de los artículos 48-49, Ley 136-03. Aprobadas por el Consejo Nacional de Educación”, con el apoyo de UNICEF.*

Estas normas son importantes para, cómo se explica en la presentación de las mismas,

*“Atender al desarrollo integral de niñas, niños y adolescentes, el Sistema de Protección de la Niñez y Adolescencia en la República Dominicana, establecido en la Ley 136-03, promueve el trabajo articulado de todas las instituciones públicas y privadas, reforzando los roles de cada ente con responsabilidad al respecto. La formalización de las presentes normas constituye el primer compromiso sectorial hecho efectivo, entre el conjunto de reglamentaciones que establece dicha Ley, bajo responsabilidad de las diferentes carteras de la gestión pública”.*

Las normas, en su artículo 11, sostienen que:

*“Los directivos, personal docente y personal administrativo de los centros educativos, tanto públicos como privados, y cualquier otra persona que en el desempeño o no de sus funciones tuviere conocimiento o sospecha de una situación de abuso o de violación de los derechos de los niños, niñas y adolescentes, sea o no en el ámbito del centro educativo, están obligados a denunciarla ante las autoridades competentes, en concordancia con lo dispuesto en el artículo 14 de la Ley 136-03, Código para el Sistema de Protección y los Derechos Fundamentales de los Niños, Niñas y Adolescentes”.*



Otro marco legal existente es la Ley 66-97 (Ley de Educación de la RD) sobre violencia escolar. Esta ley puntualiza lo siguiente:

- a) La educación es un derecho permanente e irrenunciable del ser humano. Para hacer efectivo su cumplimiento, cada persona tiene derecho a una educación integral que le permita el desarrollo de su propia individualidad y la realización de una actividad socialmente útil, adecuada a su vocación dentro de las exigencias del interés nacional o local, sin ningún tipo de discriminación por razón de raza, de sexo, de credo, de posición económica social o de cualquier otra naturaleza;
- b) Toda persona tiene derecho a participar de la vida cultural y a gozar de los beneficios del progreso científico y de sus aplicaciones;
- c) La educación estará basada en el respeto a la vida, el respeto a los derechos fundamentales de la persona, al principio de convivencia democrática la búsqueda de la verdad y la solidaridad.

## **4.4. PROGRAMAS DESTINADOS A SU PREVENCIÓN EN CADA UNA DE LAS COMUNIDADES**

En cada país existen múltiples programas nacionales, regionales y locales de prevención de bullying y ciberbullying.

Para conocer más sobre esos programas se puede consultar los siguientes links.

### 4.4.1. ESPAÑA

Programa TEI (Tutorización Emocional entre Iguales):  
<https://programatei.com/programa-tei/>

Proyecto Kiva:  
<https://espanaes.kivaprogram.net/>





Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

Fundación ANAR:

[https://www.anar.org/iii-estudio-acoso-escolar-y-ciberbullying-segun-los-afectados/?gclid=Cj0KCQjwkoDmBRCCARIsAG3xzl8BanigA63Fo24TQeMLsPhRznkHh adm0aUtzJkB2CiCW2iszrAkT8QaAtkNEALw\\_wcB](https://www.anar.org/iii-estudio-acoso-escolar-y-ciberbullying-segun-los-afectados/?gclid=Cj0KCQjwkoDmBRCCARIsAG3xzl8BanigA63Fo24TQeMLsPhRznkHh adm0aUtzJkB2CiCW2iszrAkT8QaAtkNEALw_wcB)

“No te calles, cuentas conmigo”:

<https://movimientocontralaintolerancia-cyl.blogspot.com/2018/04/no-te-calles-cuentas-conmigo.html>

Proyecto SAF\_e.:

[https://www.educa.jcyl.es/convivenciaescolar/es/novedades/proyecto-saf\\_e-cibervictimizacion-habitos-uso-tic-internet](https://www.educa.jcyl.es/convivenciaescolar/es/novedades/proyecto-saf_e-cibervictimizacion-habitos-uso-tic-internet)

Uso orange de la tecnología:

<https://usorangedelatecnologia.orange.es/>

UNICEF #2ENTUCLASE:

<https://www.unicef.es/educa/blog/dos-en-tu-clase-miguel-bernardeau-ciberbullying>

Proyecto educa:

<https://www.proyectoeduca.net/>

#### 4.4.2. PORTUGAL

Programa "Escola Segura" de la Policía de Seguridad Pública:

<https://www.psp.pt/Pages/atividades/programa-escola-segura.aspx>

Stop Bullying:

<https://www.amnistia.pt/projeto-stop-bullying/>

No Bully:

<https://www.nobully.pt/>

APAV:

[http://housesofempathy.eu/wp-content/uploads/2016/05/Jogo-dramatico-e-o-bullying\\_APAV.pdf](http://housesofempathy.eu/wp-content/uploads/2016/05/Jogo-dramatico-e-o-bullying_APAV.pdf)



BeatBullying Portugal:

<https://pt-pt.facebook.com/pages/category/Community/BeatBullying-Portugal-706176099404081/>

Asociación Anti-bullying con Crianças/Jovenes:

[https://www.facebook.com/pg/AABcCJ/posts/?ref=page\\_internal](https://www.facebook.com/pg/AABcCJ/posts/?ref=page_internal)

Projecto Artways (Políticas Educativas y de Formación contra la Violência y la Delinquência Juvenil)

[https://www.ordemdospsicologos.pt/ficheiros/programas\\_prevencao/gwr4\\_ehxx-livroartways-finalissimo.pdf](https://www.ordemdospsicologos.pt/ficheiros/programas_prevencao/gwr4_ehxx-livroartways-finalissimo.pdf)

Gerateatro - teatro musical:

<https://www.facebook.com/Gerateatro-teatro-musical-517082128684427/>

#### 4.4.3. PARAGUAY

Contra el bullying:

<http://www.contraelbullying.com/categoria/el-bullying/>

Proteccion online:

<http://www.protecciononline.com/campana-contra-el-bullying-en-paraguay/>

#### 4.4.4. REPÚBLICA DOMINICANA

“Yo te hago el coro contra el bullying“:

<https://www.youtube.com/watch?v=YqScp3NubLE;>

<http://www.educando.edu.do/portal/guia-acompanar-la-implementacion-la-campana-en-los-centros-educativos/>

“Aprender sin miedo“:

<https://www.youtube.com/watch?v=yWXUbRYgd4c>

<https://www.youtube.com/watch?v=ewzU-SesA48>

<https://www.youtube.com/watch?v=ALEDZfn0UIw>

<https://www.youtube.com/watch?v=6UHZUfuEL7c>



## 5. PLATAFORMAS VIRTUALES PARA APLICAR SIEP

Las píldoras educativas explican de manera detallada los objetivos, procesos y procedimientos necesarios para aplicar las diversas técnicas que forman parte del método del Teatro de los Oprimidos. Existen diversas plataformas para desarrollar estas técnicas en formatos virtuales, digitales y/o a distancia. A continuación se presentan las que fueron utilizadas en el SIEP de acuerdo a las diversas necesidades y requerimientos.

### 5.1. BLACKBOARD

Se adquiere entrando a la dirección <https://www.blackboard.com> donde se puede obtener una versión de prueba limitada y una versión pagada, con los beneficios y utilidades según necesidades del usuario.

Presenta dos productos: Blackboard Learn y Blackboard Collaborate con sus características y posibilidades de uso. En este proyecto usamos el producto Blackboard Collaborate principalmente para aprendizaje y compartir conocimientos y formar grupos de trabajo con los participantes.

### 5.2. POWTOON

Se adquiere entrando a la dirección <https://www.powtoon.com/> donde se puede obtener una versión gratuita con algunas limitaciones. También se puede obtener la versión pagada que ofrece más posibilidades de uso.

Esta aplicación se usa para la creación de animaciones y todo tipo de presentaciones en video. En este proyecto la usamos principalmente para la elaboración virtual de las píldoras.

### 5.3. SOCRATIVE

Se adquiere en la dirección <https://www.socrative.com/> presenta una versión gratuita y otras pagadas con más prestaciones de uso.

Es una aplicación usada principalmente por un docente para realizar test, evaluaciones, y otras actividades. El docente usa una aplicación y los alumnos otra. En este proyecto la usamos principalmente para hacer los test y evaluaciones en las actividades con los participantes.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

## 5.4 ZOOM.

Se puede adquirir entrando a la dirección <https://zoom.us/> donde se puede obtener una versión gratuita, con determinadas limitaciones, y otras versiones pagadas, con más utilidades en cuanto a la cantidad de participantes, uso del tiempo, grabaciones de las sesiones, informes y otros beneficios.

En este proyecto la usamos principalmente para reuniones y pequeños grupos de trabajo, compartiendo presentaciones de documentos con los participantes.



## 6. PÍLDORAS EDUCATIVAS EN FORMATO VIRTUAL

En cuanto al desarrollo de la metodología de nuestro proyecto, basado en la creación de píldoras educativas para prevenir conductas de bullying y cyberbullying a través del Teatro del Oprimido, se han realizado todas las tareas asociadas al proyecto.

Estas píldoras educativas (21) han sido desarrolladas y consensuadas por todo el consorcio. Es necesario mencionar que el desarrollo de estos productos audiovisuales se vio paralizado por la imposibilidad de desarrollarlas, debido a las restricciones de distanciamiento social provocado por la situación de la Covid-19.

Debido a la pandemia, la emergencia sanitaria, las medidas impuestas en cada país y el distanciamiento social, las actividades planificadas de SIEP se vieron gravemente afectadas, a tal punto que no pudieron llevarse a cabo con normalidad.

En este contexto, a continuación presentamos una propuesta de cómo llevar a cabo este proyecto a través de contextos virtuales, digitales y/o a distancia. Esto nos permitió realizar SIEP en los tiempos estipulados, lograr los objetivos planificados e incluso agregar valor sobre cómo desarrollar el teatro del oprimido en estos escenarios no presenciales.

### PASO 1. FORMACIÓN VIRTUAL Y MANUAL PASO A PASO

Se celebró una formación virtual para el personal y los facilitadores de los socios, con el objetivo de que supieran utilizar estas herramientas para la implementación de los talleres locales.

Al mismo tiempo, se diseñó un manual, paso-a-paso, sobre cómo utilizar las cuatro plataformas en contextos educativos, teatrales y de artes escénicas.

Gracias a esta formación, los facilitadores de cada entidad conocieron el funcionamiento de estas herramientas web y pudieron utilizarlas de forma ideal, en especial para implementar la fase de prueba de forma virtual (online) con sus grupos destinatarios.



Además, y con el fin de generar opciones de aplicación virtual para nuestro proyecto, se generó una guía virtual que se puede descargar en la plataforma web del proyecto, como una herramienta útil para las futuras personas interesadas en aplicar la metodología del proyecto.

De esta forma, los resultados de esta iniciativa tienen dos modalidades de aplicación (presencial y online), presentando este aspecto como un valor añadido al propuesto inicialmente en la solicitud.

Este hecho puede facilitar un mayor impacto del proyecto, ya que genera la oportunidad de aplicar la metodología (píldoras educativas) en modo virtual, facilitando el acceso en estos tiempos e, incluso, potenciando su uso y sostenibilidad gracias a la adecuación de los resultados del proyecto a esta nueva normalidad debido a la Covid-19.

## PASO 2. TALLERES LOCALES VIRTUALES

Cada socio desarrolló talleres locales virtuales, con cerca de 80 jóvenes voluntarios, para probar la metodología del proyecto en relación al teatro de las personas oprimidas, cómo mejorar las píldoras educativas y cómo desarrollar las actividades en entornos digitales y virtuales.

Se diseñó una evaluación antes-después a través de un cuestionario en Google Form, donde las y los participantes respondieron las mismas preguntas antes del inicio de los talleres y justo después de haber finalizado el último .

Esto permitió medir el impacto de las actividades realizadas y tener un control temático de las y los participantes.

## PASO 3. “CURSO DE FORMACIÓN PARA FORMADORES” VIRTUAL

Se desarrolló un “Curso de formación para formadores” de manera virtual, sobre cómo utilizar las píldoras educativas del proyecto para abordar el acoso y el cyberacoso entre la juventud. El curso contempló cómo utilizar las píldoras tanto en contextos presenciales (como estaba inicialmente previsto) como en entornos digitales (de distanciamiento social y plataformas electrónicas). Los participantes fueron capacitadores, trabajadores juveniles, coordinadores de voluntarios y personal permanente de nuestras propias entidades y de organizaciones locales en nuestros territorios. Cada socio ha involucrado a 6 personas (30 en total).



Gracias a la realización de este curso, se consiguió que los facilitadores de todas las entidades implicadas en el proyecto tuvieran formación específica sobre las dos formas de utilizar los resultados del proyecto (modalidad presencial y modalidad online).

#### PASO 4. PÍLDORAS EDUCATIVAS

Las píldoras educativas se desarrollaron a través de la plataforma Powtoon. El beneficio de este programa de *video-maker* es que las cápsulas audiovisuales están animadas.

Además de la cantidad planificada de píldoras educativas, se ha agregado una más que está completamente enfocada en cómo desarrollar el teatro de las personas oprimidas en entornos digitales y electrónicos.

Finalmente, es menester señalar que **en los anexos de este manual se encuentra una descripción detallada de cómo aplicar la metodología de SIEP** (en su conjunto o de manera particular) tanto de forma presencial como en modalidad virtual, digital y/o a distancia (ver anexo 1).

# 7. EVALUACIÓN

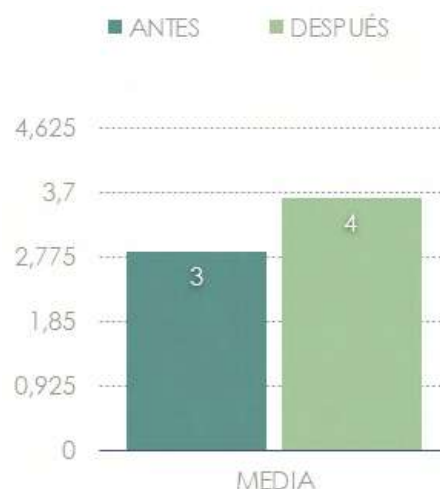
Cada socio desarrolló talleres locales virtuales, con cerca de 80 jóvenes voluntarios para probar el teatro del oprimido. En tal sentido, se crearon varios instrumentos de evaluación con los objetivos de mejorar las píldoras educativas y el plan de estudios en entornos digitales y virtuales.

## 7.1. EVALUACIÓN ANTES-DESPUÉS

Se diseñó una evaluación antes-después a través de un cuestionario en Google Form, donde las y los participantes respondieron las mismas preguntas antes del inicio de los talleres y justo después de haber finalizado el último. Esto permitió medir el impacto de las actividades realizadas y tener un control temático de las y los participantes. (ver anexo 9.2).

Se realizó un breve análisis de los resultados obtenidos en estos talleres locales, para poder elaborar infografías del impacto y éxito de las actividades. Los resultados han sido obtenidos a partir de las medias de todas las localidades participantes (sin diferenciar por países). Lo anterior permite centrar el foco en el conjunto del proyecto. A continuación se presentan las cuatro preguntas principales:

### 1. Conozco las características de los entornos que pueden favorecer la aparición del bullying o el cyberbullying.

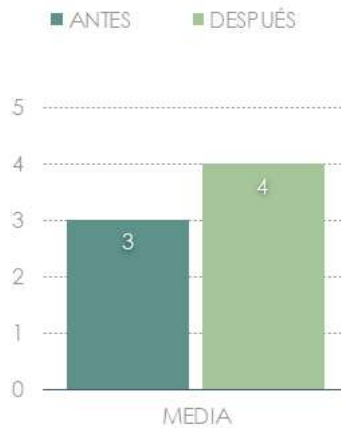


Como se puede observar, las personas participantes de los talleres locales ya tenían una base mínima de lo que era bullying y cyberbullying, incluyendo los entornos donde se propician.



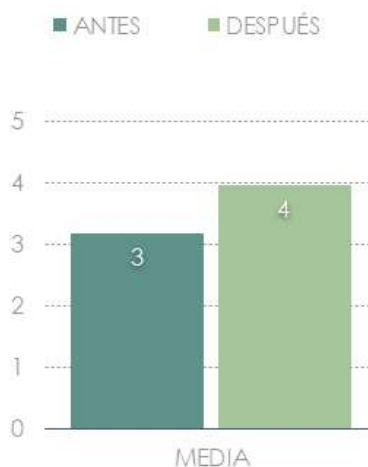
A pesar de esto, los talleres han permitido que las y los participantes adquieran nuevos conocimientos sobre las características de los entornos que pueden favorecer la aparición del bullying o el cyberbullying.

2. Creo que el Teatro del Oprimido puede ayudar a luchar contra el bullying o el ciberbullying.



Al igual que en la pregunta anterior, las personas participantes de los talleres locales parecen tener una base mínima de lo que el Teatro del Oprimido puede hacer en casos sociales (en general). En tal sentido, los talleres han permitido que las y los participantes sean conscientes de que esta metodología realmente puede ayudar a luchar contra el bullying o el cyberbullying.

3. Creo que las píldoras educativas pueden concienciar y sensibilizar sobre el bullying o el ciberbullying.



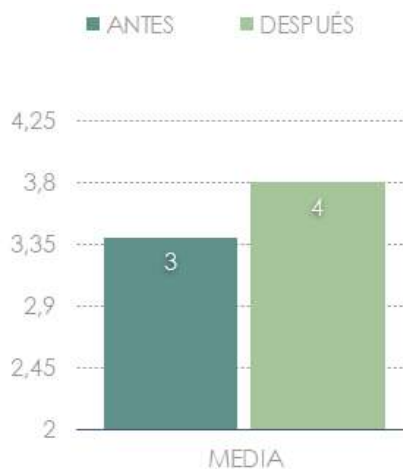
Al igual que en la pregunta anterior, las personas participantes a los talleres locales parecen también tener una base mínima de cuál es el propósito general de las píldoras educativas.



En tal sentido, los talleres han permitido que las y los participantes refuercen sus conocimientos sobre que las píldoras educativas pueden concienciar y sensibilizar sobre el bullying o el ciberbullying.

#### 4. Se han cumplido mis expectativas con respecto a los talleres SIEP

Finalmente, las personas participantes tenían altas expectativas en relación a los talleres SIEP. Y, afortunadamente, no sólo se han cumplido, sino que también se han superado. Por lo que los cuatro objetivos de estos talleres se han superado con creces.



## 7.2. Cuestionarios Socrative

Las siguientes evaluaciones fueron pensadas para utilizarse en la herramienta Socrative durante el desarrollo de los talleres. Esta acción de monitoreo, sin embargo, no sustituye a los momentos de reflexión grupales que estaban descritos en cada una de las píldoras (son un complemento). Como hay algunas píldoras que son muy cortas, no se planteó una evaluación después de todas ellas. La propuesta estableció los siguientes grupos de píldoras:

- Al finalizar: píldora 3, píldora 6, píldora 9, píldora 11, píldora 12, píldora 14, píldora 15, píldora 18, píldora 19, píldora 20 y píldora 21.

Se hicieron preguntas similares en todos los cuestionarios, a saber:



- ¿Cómo te has sentido después de participar en este grupo de píldoras?
- ¿Crees que los contenidos tratados y el material utilizado te servirán para tu vida personal y/o profesional? ¿Por qué?
- ¿Cuáles son las cosas que más y menos te han gustado de estas píldoras?
- ¿Qué contenidos mejorarías?
- ¿Crees que sería importante profundizar más en alguno de los aspectos (si la respuesta es afirmativa indicar cuál/es)?

Algunas preguntas eran más específicas para algunas píldoras, como por ejemplo:

- ¿Qué diferencias has notado con respecto a las píldoras anteriores?
- ¿Crees que los consejos y recomendaciones trabajados son de fácil aplicación cuando se trabaja con jóvenes? ¿Por qué?
- ¿Los contenidos de las píldoras anteriores te han resultado de utilidad para estos ejercicios finales? ¿Por qué?
- ¿Qué valoración global haces de todo el proceso?

Respecto a esta última pregunta “¿Qué valoración global haces de todo el proceso?”, el análisis de las respuestas de los participantes nos permite concluir que:

- Todos los participantes consideraron positiva la experiencia;

*“Que me ha gustado muchísimo todo y que me da mucha pena acabar”*

*“Gran experiencia a nivel personal y profesional. Contenta de haber estado aquí”.*

- A pesar de ser una formación online, los participantes consideran que fue posible crear un espíritu de grupo y aprender juntos:

*“ Increíble. La implicación del grupo ha sido genial, incluso puedo decir que me llevo amigos de este proyecto. Aunque creía conocer las realidades que hemos tratado, me ha sorprendido descubrir muchos aspectos que desconocía. Las dinámicas que se han utilizado, me han encantado, porque a pesar de ser virtual, he sentido esa conexión con el grupo que no creía capaz sin "lo presencial”.*

*“Me pareció un proceso muy agradable e interesante, comenzando por el desconocimiento que tenía de los conceptos que se trataron de forma central en el taller, el teatro del oprimido como tal, y tomando en cuenta lo desafiante que*



*puede ser la virtualidad para llevar a cabo un taller que exige hasta cierto punto y en cierto grado la presencia física de los participantes, y me pareció interesante eso, haber aprendido muchas cosas de las que no tenía idea y ver cómo llevaron los contenidos del taller a la modalidad virtual”.*

- **El proceso de formación fue evolutivo y transformador:**

*“En general, creo que el proceso es excelente. Cada píldora se relaciona y profundiza el mismo tema desde diferentes ejercicios. De forma que en algún momento se llegue a la reflexión y que el proceso sea transformador”.*

*“Ha sido un proceso evolutivo. Se han ido sembrando las bases del Teatro del Oprimido a lo largo de las sesiones y al final ha dado su resultado. Respecto al grupo ha conectado muy bien y esto ha creado un ambiente cómodo para realizar mas píldora.”*

- **El espacio de capacitación permitió a los participantes expresarse y contribuyó a su aprendizaje sobre los temas:**

*“Me he sentido parte del proceso y parte del equipo. En todo momento hemos sido escuchados y se ha contado con nuestras aportaciones y sugerencias. Creo, que a pesar de las realidades tan difíciles que se han tratado, nos hemos sentido libres para expresar lo que sentíamos y respetados. Los facilitadores han utilizado muchas dinámicas que han propiciado todo esto, y además he sentido que los contenidos , acompañados de ejemplos, han sido muy fáciles de comprender”.*

*“Creo que las dinámicas y los espacios de reflexión nos han permitido sentirnos equipo y trabajar como tal. Además, me he sentido muy abierto a expresar todo aquello que sentía, ya que hemos tratado muchos aspectos delicados de diferentes realidades. Creo que en todo momento he estado aprendiendo y que los facilitadores han propiciado que apliquemos todo lo que nos enseñaban”.*

- **La formación capacitó los participantes para intervenir en los fenómenos de bullying y cyberbullying:**

*“Valoro el aporte y la comprensión que proporciona sobre el bullying y sus daños. Valoro la manera en la que logra crear un vinculan social entre cada persona y como ayuda a mejorar a cada quien a meterse en la piel del otro y esa sanación psicológica que brinda, etc.”*

*“Me pareció muy interesante este proceso y que podría ser muy útil en el futuro. Aprovecho, principalmente y, las ventajas de una sociedad inclusiva, diversificada y plural. Todas las actividades fueron momentos de aprendizaje y desarrollo de habilidades con respecto a la intervención social, especialmente con los niños”.*



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

- La formación tuvo en cuenta los contextos específicos de los participantes, por ejemplo en términos de sus discapacidades:

*“Pues me ha gustado bastante este curso, porque ha sido super accesible, para mi discapacidad visual, y todos los contenidos, se han descrito en los gestos, y el tema de gestos corporales, que es muy importante, para mí, que se tengan estas cosas en cuenta, en un curso, y ha sido muy accesibles, los contenidos para todas las personas”.*

Además, se realizaron algunos cuestionarios (o *quiz*) ante determinadas píldoras para comprender el conocimiento que tendrían las y los participantes sobre los temas a trabajar o para evaluar lo que habían retenido sobre la información aportada (ver anexo 3).



## 8. BIBLIOGRAFIA

- Andrade, Luísa Carina Figueira (2013). *Bullying e cyberbullying: um estudo num contexto escolar particular cooperativo*. Universidade da Madeira.
- Avellanosa Caro, Ignacio (2008). *En clase me pegan. Una guía sobre el acoso. Imprescindible para padres y maestros*. Edaf.
- Boal, Augusto (2001). *Teatro del Oprimido. Juegos para actores y no actores*. Barcelona: Alba Editorial.
- Boal, Augusto (2004). *El arco iris del deseo. Del teatro experimental a la terapia*. Barcelona: Alba Editorial.
- Caldeira, S., & Veiga, F. (2011). *Intervir em situações de indisciplina, violência e conflito*. Fim de Século.
- Calmaestra, J., Escorial, A., García, P., Del Moral, C., Perazzo, C., y Ubrich, T. (2016). *Yo a eso no juego*. Madrid: Save the Children.
- Ceron Trevisol, María Teresa y Uberti, Luana (2017). *Bullying en la escuela: inquiriendo las razones promotoras de los conflictos "entre" y "de los" alumnos*. CLACSO.
- Ceron Trevisol, Maria Teresa, de Oliveira Pereira, Maria Beatriz & Mattana, Patrícia (2017). "Bullying na escola: causas e posicionamentos de alunos portugueses e brasileiros", en *Revista de Estudos e Investigação em Psicologia y Educación*, Vol. Extr., No. 02. DOI: <https://doi.org/10.17979/reipe.2017.0.02.2667> ISSN: 2386-7418
- Conde Vélez, Sandra y Ávila Fernández, José Antonio (2018). "Influencia de los observadores sobre la agresión y el sentimiento de maltrato escolar" en *Psychology, Society, & Education*, Vol. 10(2), pp. 173-187. ISSN 2171-2085 (print)/ ISSN 1989-709X (online).
- Costa, Paulo; Farenzena, Rosana; Simões Hugo & Pereira, Beatriz (2013). "Adolescentes portugueses e o bullying escolar: estereótipos e diferenças de género" en *INTERACÇÕES*, nº 25, pp. 180-201.
- Crespo Morrobel, Raquel (2013). "Efectos del bullying en los estudiantes del 2do. ciclo del nivel básico en Santiago, República Dominicana" en *Educación Superior*, Año XII, nº1 y 2 Enero - Diciembre, 54-80.
- De-Barros Ventura, P., Rodríguez-García, A.-M., & Sola Reche, J.-M. (2018). "Incidencia del cyberbullying en adolescentes de 11 a 17 años en Portugal" en *EduTEC. Revista Electrónica de Tecnología Educativa*, (64), 82-98 (389). <https://doi.org/10.21556/edutec.2018.64.1029>
- Díaz, María y Ost, Nicolas (2002). *Jugar y Actuar, nuestras armas para la paz. Juego teatral y procesos colectivos de aprendizaje*. Madrid: Intered.
- Durán, María Martha (2016). "Bullying: políticas de atención y prevención en Centro América y El Caribe" en *Revista Posgrado y Sociedad*, Volumen 14, Número 1, 25-38 ISSN 1659-178X.
- Fernandes, L., Seixas, S. & Morais, T. (2016). *Cyberbullying - um guia para pais e educadores*. Plátano Editora.
- Fonseca Carvalhosa, Susana, Moleiro, Carla Moleiro & Sales, Célia (2019). "A situação do bullying nas escolas portuguesas" en *INTERACÇÕES* Nº. 23, PP. 125- 1461 .
- Freire, Isabel; Alves, Maria Manuela; Breia, Ana Paula; Conceição Diana & Fragoso, Lenia (2013). "Cyberbullying e Ambiente Escolar: Um Estudo Exploratório e Colaborativo entre a Escola e a Universidade" en *Revista Portuguesa de Pedagogia*, año 47-2, pp. 43-64.
- Freire, Paulo (2000). *Pedagogía del Oprimido (Ed. 53)*. Madrid: Siglo Xxi Ediciones
- Garaigordobil Landazabal, Maite (2017). "Conducta antisocial: conexión con bullying/cyberbullying y estrategias de resolución de conflictos" en *Psychosocial Intervention*, 26(1), pp. 47-54.
- Garaigordobil Landazabal, Maite y Oñederra, José Antonio (2010). *La violencia entre iguales: Revisión teórica y estrategias de intervención*. Editorial Pirámide.
- Garaigordobil Landazabal, Maite y Martínez-Valderrey, Vanesa (2014). *Cyberprogram 2.0: programa de intervención para prevenir y reducir el cyberbullying*. Editorial Pirámide.
- Gasso, Aina M., Fernández-Cruz, V., Montiel, I., y Agustina, J. R. (2018). "Violencia escolar a través de medios digitales: del bullying al cyberbullying. Educación y Futuro", en *Revista de investigación aplicada y experiencias educativas*, 38, pp. 57-82.



Herrera-López, Mauricio, Romera, Eva M. y Ortega Ruíz, Rosario (2018). "Bullying y Cyberbullying en Latinoamérica. Un estudio bibliométrico" en *RMIE*, Vol. 23, Núm. 76, PP. 125-155 (ISSN: 14056666).

Kowalski, Robin, Limber, Susan y Agatston, Patricia (2010). *Cyberbullying: el acoso escolar en la era@digit@!*. Editorial Desclée De Brouwer, S.A.

Luengo Latorre, José Antonio (2014). *Ciberbullying: prevenir y actuar. Guía de recursos didácticos para centros educativos*. Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid.

Mainero de Alderete, Roxana Claudia (2014). "Abordaje y prevención de la problemática del bullying en el tercer ciclo de la Educación Escolar Básica en cinco instituciones educativas de Asunción" en *Revista científica, estudios e investigaciones*, Vol.5, N° 1, pp. 40-62. Universidad Iberoamericana, Asunción, Paraguay. ISSN2310- 3507

Miró Llinares, F. (2013). "Derecho penal, cyberbullying y otras formas de acoso (no sexual) en el ciberespacio" en *IDP. Revista de Internet, Derecho y Política*, n° 16.

Musri, Silvia Martha (2012). *Acoso escolar y estrategias de prevención en educación escolar básica y nivel medio*. San Lorenzo. Universidad Tecnológica Intercontinental.

Oliveira Araújo, João & Caldeira, Maria do Rosário (2018). "Bullying e Cyberbullying: Ameaça ao bem-estar físico e mental dos adolescentes " en *adolesCiência | Revista Júnior de Investigação*. Volume 5 (1), novembro, pp. 6-11. ISSN 2182-6277.

Oñederra, J. (2008). *Bullying: concepto, causas, consecuencias, teorías y estudios epidemiológicos*. Recuperado el 10 de octubre de 2012, de <http://www.sc.ehu.es/ptwgalam/meriales%20docentes%20curso%20verano%202008/1.%20Bullying%20aproximacion%20al%20fenomeno%20Oñederra.pdf>

Ortega Ruíz, Rosario (coord.) (2018). *Convivencia y ciberconvivencia: Un modelo educativo para la prevención del acoso y ciberacoso escolar*. Machado Editores.

\_\_\_\_\_ (2010). *Agresividad injustificada, bullying y violencia escolar*. Alianza.

Olweus, Dan (1996). *Conductas de acoso y de amenaza entre escolares*. Ediciones Morata.

\_\_\_\_\_ Acoso Moral, "Bullying", en las escuelas; hechos e intervenciones. Recuperado el 23 de octubre de 2012, de <http://www.acosomoral.org/pdf/Olweus.pdf>

Pérez-Virtus, Ander y Larrondo-Ureta, Ainara (2018). "Menores, bullying y suicidio. Un análisis de caso a través de los medios digitales de referencia en España" en *Correspondencias & Análisis*, N° 8, pp. 55-75.

Puértolas, A., y Montiel, I. (2017). "Bullying en la educación secundaria: una revisión sobre las características de las víctimas y las víctimas-acosadores y las consecuencias de su victimización" en *Journal of Victimology*, 5, 85-128. doi: 10.12827/RVJV.5.04

Román, M. y Murillo, F. (2011). "América Latina: violencia entre estudiantes y desempeño escolar" en *Revista Cepal*, 104, pp. 37-54.

Rodrigues, Sonia (2019) "Bullying: uma realidade nas escolas portuguesas" en *educare.pt* <https://www.educare.pt/noticias/noticia/ver/?id=156468&langid=1> (24/10/2019) (recuperado el 16/10/2020).

Salazar García, Míriam Anahí, Pedroza Cabrera, Francisco Javier, Colunga Rodríguez, Cecilia y Hermosillo de la Torre, Alicia Edith (2019). "Bullying y depresión en adolescentes: revisión sistemática" en *Revista educ@rnos*. Nueva época, Año 9, núm. 35, octubre-diciembre 69-80 ISSN-2007-1930.

Santana, Edesio T. (2004). *Bullying E Cyberbullying - Aggressoes Presenciais e a distancia*. EDICON.

Schwarz S., Alexander (2017). *El libro del bullying: Bullying, Cyberbullying y Sexting, un peligro mayor. Guía para padres, educadores, estudiantes, víctimas y acosadores*. eBook. <http://Familiasehijos.com> (Recuperado el 16/10/2020).

Serrate, R. (2007). *Bullying: acoso escolar*. Ediciones del Laberinto, S.L.

Teruel Romero, Jerónima (2007). *Estrategias para prevenir el bullying en las aulas*. Editorial Pirámide.

VV.AA. (2014). Prevención del acoso escolar. *Bullying y Cyberbullying. Texto autoformativo y multimedia*. Publicado por Instituto Interamericano de Derechos Humanos.

VV.AA. (2011). *Violencia escolar en América Latina y el Caribe. Superficie y fondo*. UNICEF.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

# **9. ANEXOS**

## **9.1. Adaptaciones píldoras formato online**

## **9.2. Cuestionario de evaluación Antes-Después**

## **9.3. Quiz Socrative**





Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

## **9.1. Adaptaciones pildoras formato online**



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

## G1 P1 - Romper el hielo y conocernos

---

Título de la píldora educativa: **Romper el hielo y conocernos**  
Grupo de píldoras educativas: **G1 - Actividades de romper el hielo**

---

<b>Grupo objetivo</b>	Jóvenes de 14 a 30 años.
<b>Objetivo principal de esta píldora educativa</b>	Para construir el equipo y la cohesión grupal.
<b>Títulos de ejercicios</b>	Presentación “gesto + sonido”. Stops.
<b>Tiempo total</b>	30-40 minutos.
<b>Plataforma virtual</b>	Zoom

---

### Descripción del desarrollo de actividades

#### Objetivos específicos

- ? Para desarrollar sus habilidades para conectarse entre sí y crear un grupo.
- ? Para crear un ambiente seguro.
- ? Para perder la vergüenza y el miedo.
- ? Para empezar a tener conciencia del cuerpo.
- ? Promover la inclusión social de todos los participantes.

---

**Ejercicio 1 – Título:** “Preséntate” **Tiempo:** 20 minutos.

#### Desarrollo del ejercicio

Uno por uno cada participante dirá su nombre y realizará un movimiento representativo de él o ella (por ejemplo, una afición, un trabajo, etc.). Después el grupo repetirá el nombre y el movimiento, todo ello tres veces: la primera vez a un ritmo normal, la segunda con mucha velocidad y la tercera con un ritmo muy lento.

---

**Ejercicio 2 – Título:** “The stops” **Tiempo** 10 minutos

---

Crear subsalas de zoom durante 1 minuto y cambiar de salas con otras personas de forma aleatoria durante 5 veces, los participantes se moverán al ritmo de la música y cuando la música se detenga, tendrán que explicar las siguientes cosas de su vida:



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

- Primera parada: el nombre.
- Segunda parada: la edad.
- Tercera parada: lugar de origen.
- Cuarta parada: canción / música favorita.
- Quinta parada: baile favorito.
- Sexta parada: su sueño.

Cada formador elegirá la música que considere que es más atractiva para los participantes de cada país.

### **Recomendación de música para realizar el ejercicio:**

*“Noches en Andalucía (Spanish Guitar) - Govi”*

<https://www.youtube.com/watch?v=D74-4dN5Iag>

*“Pharrell Williams - Happy (Official Music Video) - YouTube”*

<https://www.google.com/search?q=canci%C3%B3n+happy+farell&oq=canci%C3%B3n+happy+farell&aqs=chrome..69i57j0l5.17011j0j8&sourceid=chrome&ie=UTF-8>

---

**Consideraciones / recomendaciones / consejos para adaptarlo a cada contexto**

---

### **Propuesta de evaluación de este grupo de píldoras educativas**

---

#### **Preguntas para el análisis y la reflexión**

- ¿Qué te hizo unirse a este grupo y participar en el programa?
- ¿Cuál fue tu estado emocional antes de unirse al taller?
- ¿Cómo te sentiste durante los ejercicios? ¿Qué ejercicio para ti supone un reto y por qué?
- ¿Cómo te sientes ahora y qué te gustaría mejorar?



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

## G1 P2 - Ambiente de familiaridad y conocimiento

**Título de la píldora educativa:** “Ambiente de familiaridad y conocimiento superficial”

**Grupo de píldoras educativas:** G1 - “Actividades para romper el hielo y conocimiento”

<b>Grupo objetivo</b>	Jóvenes de 14 a 30 años.
<b>Objetivo principal de esta píldora educativa</b>	Crear una atmósfera positiva para trabajar con jóvenes y animarlos a que se conozcan entre sí.
<b>Títulos de ejercicios</b>	Ambiente de familiaridad y conocimiento superficial
<b>Tiempo total</b>	20 minutos
<b>Logística y materiales</b>	Salón amplio / Plataforma zoom

### Descripción del desarrollo de actividades

#### Objetivos específicos

Crear un ambiente de familiaridad en el grupo generando interconocimiento para trabajar en una atmósfera positiva.

#### Introducción al ejercicio

Con esta actividad se inician los trabajos del grupo, animando a los participantes a integrarse a las actividades para obtener resultados positivos. Se le explica al grupo la importancia de conocerse entre sí eliminando con este primer paso la barrera de entrada cuando interactuamos con otras personas que no conocemos.

#### Desarrollo del ejercicio.

*Primer paso:* El animador llama a todos los participantes a colocarse en medio del salón. Les indica que hagan **dos círculos con igual número de personas**. Un círculo se coloca dentro del otro círculo. Las personas de cada círculo se toman de la mano.

*Segundo paso:* El animador pone una música que preferiblemente sea del agrado de los participantes, y al ritmo de la música, los dos círculos comienzan a girar en sentido contrario.

*Tercer paso:* En un momento determinado el animador interrumpe la música. Se inicia el diálogo con la persona que le quedó al frente, lo saluda y ambos se preguntan el nombre y cualquier otro dato de interés.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

### **Formato virtual.**

Previo a la actividad, la persona facilitadora crea un listado de adjetivos.

Hace una primera ronda de adjetivos en la sala general de Zoom, mencionando los adjetivos. Quienes se identifiquen con el mismo adjetivo pasan a una sala de grupo de Zoom, conversan por 1 minuto, y vuelven a la sala general para las siguientes rondas de adjetivos. De esta manera se mantiene el objetivo del ejercicio, haciendo que las personas participantes se identifiquen con determinadas cualidades y creen lazos con otras personas

---

### **Consideraciones / recomendaciones / consejos para adaptarlo a cada contexto.**

En cada contexto, se realizarán las adaptaciones que se consideres convenientes. Previo a la actividad, la persona facilitadora crea un listado de adjetivos.

---

### **Propuesta de evaluación de este grupo de píldoras educativas**

---

#### **Preguntas para el análisis y la reflexión (para los participantes)**

1. ¿Te ha llamado la atención tener cosas en común con diversos perfiles?
2. ¿Sentiste en algún momento que no te identificabas con ningún adjetivo? De ser así, ¿por qué acudiste a un grupo?
3. ¿Te imaginabas que tenías cualidades o gustos en común con las personas del grupo? ¿Te sorprendió alguna cualidad o gusto en particular de algún compañero/a, o de ti mismo/a?
4. ¿Sientes que este ejercicio te ha ayudado a conocerte mejor?



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

## G1 P3 - Actividades para romper el hielo y conocimiento

Título de la píldora educativa: **Actividades para romper el hielo y conocimiento**

Grupo de píldoras educativas: **G2 - Actividades para romper el hielo**

<b>Grupo objetivos</b>	Jóvenes de 14 a 30 años.
<b>Objetivo principal de esta píldora educativa</b>	Construir un ambiente de equipo y cohesión grupal.
<b>Títulos de ejercicios</b>	Relajación Corporal Mi mensaje SOY YO
<b>Tiempo Total</b>	30 minutos
<b>Logística y materiales</b>	Espacio amplio

### Descripción del desarrollo de actividades (Formato presencial)

#### Ejercicio 1 - Título: "Relajación Corporal" Tiempo 10 minutos

##### Objetivos específicos

- ? Desarrollar sus habilidades para conectarse consigo mismo.
- ? Promover un ambiente de confianza.
- ? Reflexionar sobre las vivencias del día a día, desde la visión de los participantes.
- ? Ejercitar la empatía ante situaciones de vulneración de derecho.

##### Introducción al ejercicio.

Preparamos el espacio y los participantes para el ejercicio.  
Todos los participantes son invitados a un gran círculo.

##### Desarrollo del ejercicio.

Los participantes se están quedando en un círculo. Se inicia con ejercicios de relajación enfocados al movimiento del cuerpo y el control de la respiración. Seguidamente los participantes caminan y van saludándose de diferentes formas sin emplear palabras solo gestos.

Finalmente regresan al círculo y se les invita a utilizar un gesto para explicar su sentimiento en relación a la actividad realizada.

Música: <https://youtu.be/hcOwwC17KmI>



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

## Ejercicio 2 - Título: "Mi mensaje"

Tiempo 20 minutos

---

Se entrega papel y pinceles a los participantes, con la indicación de buscar o crear un mensaje de cada uno en base a la temática del bullying. Luego todos los mensajes son pegados en una tela grande o algún papel. Luego cada uno hace un recorrido y lee lo que el resto escribió. Todo esto se realiza en un ambiente de silencio. Seguidamente se toma fotografía de los mensajes.

**Música:** <https://youtu.be/1eZYUdN1E2o>

---

## Ejercicio ¿SOY YO?

---

**OBJETIVO:** Promover el reconocimiento de la identidad mediante procesos de filiación.

### DESARROLLO DEL EJERCICIO:

En un primer momento, el educador/la educadora adjudicará un número a cada uno de los participantes. Esto permitirá ordenar los roles del ejercicio. Se establecerán dos categorías: voces y oídos. A continuación, desglosaremos el papel de los mismos:

-Voces: serán designadas por el educador/la educadora al comienzo de la ronda. El número de participantes con este rol irá creciendo proporcionalmente a la dificultad de cada fase. Se comenzará con los dos primeros números, quienes deberán ocupar un lugar en la sala para decir el adjetivo que le sea atribuido. De éste modo, susurrará la palabra repitiéndola continuamente, hasta que el educador marque el final. Cuando esto sea así, el número de voces se irá multiplicando por dos, hasta alcanzar la mitad de los participantes (para ello se seguirá el orden de los números, sin que estos sean repetidos en los niveles).

-Oídos: Este rol será representado por el resto de jugadores, quienes deberán permanecer con los ojos cerrados. Al comienzo de la partida, oirán diversos adjetivos. Deben identificarse con uno de ellos y seguir la voz que lo dicte (desplazándose por la sala con los brazos cruzados, evitando golpes, cuidando así de los compañeros) hasta encontrar al participante que repita dicho adjetivo.

Los adjetivos empleados para el desarrollo de la actividad, serán seleccionados previamente por los educadores, atendiendo al debate que quieran generar. Para ello tendrán en cuenta el contexto social con el que trabajen.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

## Descripción del desarrollo de actividades (Formato virtual)

---

### Relajación corporal

- Cada participante desde su lugar hará ejercicios guiados de relajación y movimientos corporales.
- El formador pondrá de fondo una canción relajante.

### Actividad “Mi mensaje”

- Se utilizará la plataforma Nearpod.
- El formador crea una cuenta, da clic en lanzar una lección y la opción de dibujar.
- Se activará la actividad y aparecerá un código en las pantallas. Se les pide a las persona que entren al link de acceso que les enviaremos, deben colocar el código y poner su nombre.
- Se le pide a las personas que, con sus dedos, hagan una figura que exprese cómo se sienten y la envíen a través de esta plataforma.
- El facilitador, comparte pantalla de la aplicación y, cada vez que se envían los dibujos todas las personas los pueden ver.
- A partir de ahí, las personas pueden adivinar qué sensación es o decir cuál es la suya y explicarla.

---

## Propuesta de evaluación de este grupo de píldoras educativas

---

Se consulta a los participantes

¿Cómo se sintieron con los ejercicios y cuál les resultó más interesante?

En forma individual las consultas van relacionadas a

¿En algún momento te has sentido/a incómodo/a, por qué?

¿Te animarías a replicar estos ejercicios con otros adolescentes?

¿Con qué calificativo evaluarías el encuentro?

### PREGUNTAS PARA EL ANÁLISIS Y LA REFLEXIÓN

¿Te ha llamado la atención tener cosas en común con diversos perfiles?

¿Seguías la voz por la necesidad de formar parte de un grupo o porque el adjetivo te definía realmente?

¿Consideras que el guiarte por un adjetivo te ha ayudado a conocerte más?





Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

## G2 P4 - Introducción del proyecto

Título de la píldora educativa: **Introducción del proyecto**  
Grupo de píldoras educativas: G2 - **Introducción del Proyecto**

<b>Grupo objetivo</b>	Jóvenes de 14 a 30 años.
<b>Objetivo principal de esta píldora educativa</b>	Analizar los conocimientos previos que tiene el grupo de jóvenes con el que trabajamos sobre el tema del Bullying, Ciberbullying y la metodología del Teatro del Oprimido o de las personas oprimidas.
<b>Títulos de ejercicios</b>	Introducción del proyecto
<b>Tiempo total</b>	15-20 minutos
<b>Logística y materiales</b>	Amplia sala y sillas para todos los participantes.

### Descripción del desarrollo de actividades

**Ejercicio 1 – Título** “Introducción del Proyecto” **Tiempo:** 15-20 minutos

#### Objetivos específicos

Presentación del Proyecto SIEP

#### Introducción al ejercicio

La persona encargada de realizar la Introducción al Proyecto SIEP, ordena el lugar y las sillas, preferentemente en semicírculo.

#### Formato presencial

##### Presentación de los participantes

En primer lugar, el formador dirá su nombre y presentará el proyecto de manera general.

Luego hará la siguiente dinámica de integración:

- 1- Todos los participantes se colocan en un círculo.
- 2- Se utilizará una pelota de ping pong.
- 3- Una persona tendrá la pelotita en su mano y dirá su nombre y algo que le guste.
- 4- Luego de decirle pasará a otro participante y así sucesivamente hasta que todos se presenten.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

## **Desarrollo del ejercicio “Conocimientos previos”**

---

El educador juvenil dividirá el grupo en tres grupos pequeños (se puede asignar un número, del 1 al 3, a cada participante). Asignará a un grupo que escriban sobre el tema del bullying, a otro grupo el cyberbullying, y al otro el Teatro del Oprimido. Se entregarán a cada grupo pinceles, cartulinas, papeles.

Una vez conformado los tres grupos, cada grupo hablará, compartirá y escribirá en su cartulina todo lo que saben respecto al tema que les corresponde.

Una vez que hayan debatido y escrito todas las ideas, cada grupo pasará a exponer y compartir con el resto de los participantes.

---

### **Formato virtual (Zoom)**

#### **Presentación de los participantes**

Para la actividad de presentación cada persona dirá su nombre y algo que le guste. El resto de los participantes encenderán su micrófono y repetirán lo mismo que dijo el participante anterior, y así sucesivamente hasta que todos se presenten.

### **Desarrollo del ejercicio “Conocimientos previos”**

Dividiremos al grupo en 3 salas pequeñas de zoom y utilizaremos la plataforma “Jamboard” para escribir allí las ideas y los conocimientos que se tengan del tema que les corresponde desarrollar.

Luego las tres salas pequeñas volverán al grupo grande para exponer las ideas debatidas.

Para las preguntas de evaluación se utilizará la plataforma “Socrative”.

---

### **Consideraciones / recomendaciones / consejos para adaptarlo a cada contexto**

Dependiendo del grupo con el que se trabajará y el lugar donde se realizará la introducción, se pueden realizar presentaciones audiovisuales.

---

### **Propuesta de evaluación de este grupo de píldoras educativas**

---

#### **Preguntas para debatir y reflexionar (para los participantes)**

1. ¿Te parece importante la prevención del bullying y cyberbullying?
2. ¿Cómo te has sentido al escuchar sobre el tema que hemos presentado?
3. ¿Te gustó la actividad o te pareció que no tuvo mucho sentido?
4. ¿Te has sentido a gusto con el resto de los jóvenes?



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

## G2 P5 - Introducción del proyecto

Título de la píldora educativa: **SIEP, bullying, ciberbullying y prevención**  
Grupo de píldoras educativas: G2- **Introducción del proyecto**

<b>Grupo objetivo</b>	14 - 30 años
<b>Objetivo principal de estas píldoras</b>	Presentar oficialmente el proyecto a las personas jóvenes (contexto general). Presentar las definiciones oficiales de bullying, ciberbullying y teatro del oprimido. Presentar la importancia de la prevención ante situaciones de bullying y ciberbullying.
<b>Títulos de los ejercicios</b>	· Presentando Conceptos · Mi Primera Imagen
<b>Tiempo total</b>	60 minutos
<b>Logística y materiales</b>	- Portátil / Proyector / Zoom - Presentación PPT/PDF - Tres folios (cada uno con la palabra bullying, ciberbullying y teatro del oprimido)

### Descripción del desarrollo de actividades

#### Ejercicio 1 - Introducción del proyecto. Tiempo: 60 min

##### Objetivos específicos

- ? Conocimiento general de las personas jóvenes sobre los diferentes temas a tratar (bullying, ciberbullying y teatro de los oprimidos).
- ? Integración y confianza de las personas jóvenes en el grupo con el que estarán durante todo el proceso de las metodologías.

##### Introducción al ejercicio

Se puede introducir la actividad a las personas jóvenes de la siguiente manera: *"A continuación se proyectará una breve presentación para introducir el proyecto. Es decir, para conocer los objetivos; los países que están involucrados, qué entendemos cuando hablamos de bullying, ciberbullying y teatro de los oprimidos. Después, realizaremos una dinámica para introducir estos conceptos y consolidarlos"*.



## **Desarrollo del ejercicio (presencial)**

---

### **1. Proyectar la Presentación Introdutoria del Proyecto e ir explicando cada diapositiva:**

- ? Objetivos.
- ? Edad de los grupos objetivos.
- ? Sensibilidades de los cuatro países.
- ? Por qué nos enfocamos en bullying, ciberbullying y teatro del oprimido.
- ? Definiciones oficiales.

### **2. Realizar la dinámica para abordar estos primeros tres conceptos:**

- ? El grupo se dividirá en tres equipos (se puede asignar un número, del 1 al 3, a cada participante).
- ? A cada equipo se le asignará una definición.
- ? El objetivo es que, a través de una escena de mímica (sin hablar, aunque sí actuando), representen el concepto que les ha tocado.
- ? Cada equipo hará la representación ante el grupo y los equipos tendrán que adivinar qué concepto es.
- ? Tendrán 10 minutos para preparar la escena y otros 10 para hacer la representación.

### **3. Una vez finalizada la dinámica, se volverán a presentar las definiciones de los tres conceptos para consolidarlas (para que lo que se ha dicho, lo que se ha comprendido y lo que se puede explicar sea lo mismo).**

---

## **Formato Virtual (Zoom)**

---

### **1. Se comparte pantalla en Zoom, se proyecta la Presentación Introdutoria del Proyecto y se explica cada diapositiva**

- ? Objetivos.
- ? Edad de los grupos objetivos.
- ? Sensibilidades de los cuatro países.
- ? Por qué nos enfocamos en bullying, ciberbullying y teatro del oprimido.
- ? Definiciones oficiales.

### **2. Realizar la dinámica para abordar estos primeros tres conceptos:**

- ? Se crean tres salas en Zoom para crear tres grupos (ya sea a través de la modalidad aleatoria de Zoom o se puede asignar un número del 1 al 3 a cada participante).
- ? A cada grupo se le asignará una definición y tendrá que diseñar una escena de mímica para representar el concepto que le ha tocado.



- ? Cada grupo podrá utilizar las peculiaridades de Zoom para hacer la mímica (encender/apagar cámara, poner un fondo y utilizar el modo galería para visualizar a todas y todos)
- ? Una vez que los grupos regresen a la sala común, harán su representación y la audiencia tendrá que adivinar qué concepto es.
- ? Tendrán 15 minutos para preparar la escena y otros 10 para hacer la representación.

**3. Una vez finalizada la dinámica, se volverá a compartir pantalla y a proyectar la presentación con las definiciones de los tres conceptos para consolidarlas** (para que lo que se ha dicho, lo que se ha comprendido y lo que se puede explicar sea lo mismo).

---

### **Consideraciones / recomendaciones / consejos para adaptarlo a cada contexto.**

---

Utilizar un lenguaje que sea sencillo e inclusivo.

Comprobar que se han entendido las definiciones.

Revisar que en cada equipo hagan una representación acorde al concepto que les ha tocado.

Tener a mano un pequeño glosario en caso de que el grupo necesite ampliar algún concepto o información concreta.

---

### **Propuesta de evaluación de este grupo de píldoras educativas.**

---

#### **Preguntas para el resumen y la reflexión (para los participantes)**

En la última fase de la actividad, las personas jóvenes pueden responder, personal o anónimamente, las siguientes preguntas:

- ? ¿Alguna vez habías escuchado estos conceptos?
- ? ¿Alguna vez has participado en una actividad o proceso similar a éste?
- ? ¿Qué es lo que más te gustó de esta introducción?
- ? ¿Qué mejorarías para las próximas sesiones?
- ? De 0 a 10 (0 es la puntuación más baja y 10 la más alta) ¿Cómo te sentiste con esta sesión?
- ? De 0 a 10 (0 la puntuación más baja y 10 el máximo) ¿Cuánto te gustó esta sesión?
- ? De 0 a 10 (0 la puntuación más baja y 10 el máximo) ¿Cómo te sentiste con el resto de tus compañeros durante esta sesión?

---

#### **Indicadores / observaciones**

---

- ? Se podrán observar las diferentes curiosidades que las personas jóvenes tienen sobre los conceptos del proyecto. Además, se les pedirá que respondan a algunas preguntas del 0 al 10 para saber sus sensaciones iniciales (a nivel individual y con el grupo). De esta manera, se podrán actualizar pautas para la aplicación de las siguientes sesiones.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

## G2 P6 - Introducción del proyecto

Título de la píldora educativa: **Metodología de Teatro del Oprimido**

Grupo de píldoras educativas: G2 - **Introducción del proyecto**

<b>Grupo objetivo</b>	Jóvenes de 14 a 30 años.
<b>Objetivo principal de esta píldora educativa</b>	Para informar y explicar cómo la metodología del Teatro del oprimido se puede utilizar como una herramienta para trabajar con jóvenes sobre el tema del acoso escolar y el ciberacoso. *Tras la realización de esta píldora en el training de Portugal, se acordó que esta píldora irá destinada a formar a los/as formadores/as.
<b>Títulos de ejercicios</b>	Introducción del proyecto
<b>Tiempo total</b>	50 minutos.
<b>Plataforma virtual</b>	Zoom

### Descripción del desarrollo de actividades.

**Ejercicio 1 – Título: “Introducción del proyecto” Tiempo 5 minutos**

#### **Objetivos específicos**

Presentar el proyecto.

Dar formación a los/as formadores/as.

#### **Introducción al ejercicio**

Preparamos a los participantes para que nos escuchen.

#### **Presentación del proyecto**

- En esta píldora se describe la razón e importancia del empleo de las técnicas del teatro del oprimido para la prevención del bullying y ciberbullying.
- Se presentan las técnicas de Teatro del Oprimido y en concreto las que más usaremos durante la formación (presentación PowerPoint) destinado a los/as formadores/as.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

- Se propone la visualización de dos vídeos como ejemplo de píldoras educativas.
- Incorporación de preguntas para la reflexión (BB&R).

---

### ***Desarrollo del ejercicio***

#### **Comienzo de la presentación**

Comenzamos la píldora con una dinámica introductoria sobre miedos, expectativas y deseos en el desarrollo de la formación. Cada participante debe contar con un folio para dibujar un **árbol**. En la parte inferior (raíces) debe escribir los miedos que tiene alrededor de esta formación, en las ramas debe poner las expectativas y en la parte superior (los frutos), pondrá los deseos. Al acabar el dibujo tendrán que ver cuantos de sus miedos (raíces) se contrarrestan con sus deseos (frutos), quien quiera, lo puede compartir con el resto mostrando su dibujo y explicándolo.

A continuación, los educadores juveniles introducirán el tema del teatro de las personas oprimidas en el aula preguntando a los jóvenes si saben algo al respecto, o incluso si no lo saben, si podrían decir lo que creen que significa.

\*Para comprobar cuáles son los conocimientos del grupo, haremos la siguiente actividad que le podemos llamar **“Termómetro”**. Creamos varias subsalas de Zoom para que puedan hablar y preguntarse unas personas a otras acerca de los conocimientos que tienen sobre la metodología de Teatro del Oprimido.

#### **Justificación de aplicación del TO en este proyecto**

(En esta píldora se describe la razón e importancia del empleo de las técnicas del teatro del oprimido para la prevención del bullying y cyberbullying).

Se acordó que sería conveniente dar esta formación a los/as formadores y para ello utilizaremos el PowerPoint preparado con tal fin.

Se hizo la propuesta de explicar a los/as formadores/as el que realicen una evaluación a los/as participantes antes de realizar la formación, después de cada grupo de píldoras y al finalizar todas las píldoras.

Estos **cuestionarios** hay que diseñarlos para que en todas las entidades se apliquen de la misma manera para después poder comparar los resultados.

Se harán preguntas más transversales como por ejemplo ¿Qué has aprendido con este grupo de píldoras? y otras que serán más específicas con relación al contenido de cada grupo específico.

---

#### **Consideraciones / recomendaciones / consejos para adaptarlo a cada contexto**

Puede utilizar algún soporte visual para las explicaciones de la manera de facilitar la comprensión.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

## Propuesta de evaluación de este grupo de píldoras educativas

---

### **Preguntas para el resumen y la reflexión (para los participantes)**

---

En la última fase de la actividad, los estudiantes responderán anónimamente las siguientes preguntas:

- ¿Qué esperas de las actividades que vas a realizar durante este día?
- ¿Alguna vez has participado en algo similar?
- De las actividades que se te han presentado, ¿cuál crees que va a atraer la mayor atención?
- ¿Qué es lo que más te gustó de esta actividad inicial?
- De 0 a 10 (0 es la puntuación más baja y 10 la más alta) ¿Cómo te sentiste con esta actividad inicial?
- De 0 a 10 (0 la puntuación más baja y 10 el máximo) ¿Cuánto te gustó esta actividad inicial?
- De 0 a 10 (0 la puntuación más baja y 10 el máximo) ¿Cómo te sentiste con el resto de tus compañeros?





Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

## G3 P7 - Aprender haciendo: expresión corporal

---

<b>Título de la píldora educativa:</b> Expansión creativa	
<b>Grupo de píldoras educativas:</b> G3 - Aprender haciendo: expresión corporal	
<b>Grupo objetivo</b>	Jóvenes de 14 a 30 años.
<b>Objetivo principal de estas píldoras</b>	Ampliar las posibilidades expresivas de nuestro cuerpo y nuestra voz. Trabajar en grupos, proponer, discutir, desarrollar ideas, defenderlas o rechazarlas. Desarrollar la creatividad.
<b>Títulos de los ejercicios</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Conocer y sentir el cuerpo.</li><li>- El espejo humano.</li></ul>
<b>Tiempo total</b>	30 minutos
<b>Logística y materiales</b>	Un sala amplia y diáfana, un equipo de música, micrófono y cámara para grabar.

---

### **Descripción del desarrollo de actividades (Formato presencial)**

Después de las actividades de introducción al Proyecto SIEP y de los participantes, se realizarán las actividades en relación a expresión corporal. Para ello se desarrollarán dos ejercicios:

1. Conocer y sentir el cuerpo. Permite relajar o tensar nuestro cuerpo, tomar conciencia de los movimientos y de la importancia de todo el cuerpo, que el cuerpo con los movimientos expresa, podemos decir lenguaje corporal.
2. El espejo humano. Comunicarse por medio del cuerpo.

---

### **Objetivos específicos**

Conocer el cuerpo y sus movimientos, tomar conciencia de que el cuerpo habla y expresa, mediante los movimientos

---

### **Desarrollo de los ejercicios:**

**Conocer y sentir el cuerpo. 15 Minutos.** Una persona se encargará de orientar este ejercicio. La misma solicitará que los participantes se ubiquen en una ronda grande y solicitará a que realicen movimientos individuales de las partes del cuerpo que pida hasta llegar a que muevan todas las partes.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

**El espejo humano. 15 minutos.** Una persona se encargará de orientar este ejercicio. La misma solicitará que los participantes se ubiquen en pareja, luego que una de las dos realice movimientos corporales y la otra le siga con los mismos movimientos como si fuera su sombra o espejo, con este ejercicio se busca conectarse o tengan una relación con uno y así se puede realizar en grupo de más de dos personas y tener una relación con los demás.

**Música:** <https://youtu.be/hcOwwC17KmI>

---

### **Descripción del desarrollo de actividades (Formato virtual).**

#### **El espejo humano**

Para este ejercicio se dividirá a los participantes en sub salas de dos personas, de esa manera podan realizar los movimientos corporales simular ser espejo o sombra.

Luego volverán al grupo grande para mostrar a los demás sus movimientos.

---

### **Propuesta de evaluación de este grupo de píldoras educativas.**

---

#### **Preguntas para la reunión informativa y la reflexión (para los participantes)**

- ¿Cómo te sentiste al realizar la actividad?
- ¿Te parece importante el lenguaje corporal?
- ¿Te fue difícil realizar la actividad?



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

## G3 P8 - Expansión creativa

**Título de la píldora educativa:** Expansión creativa

**Grupo de píldoras educativas:** G3 “Aprender haciendo - expresión corporal”

<b>Grupo objetivo</b>	Jóvenes de 14 a 30 años
<b>Objetivo principal de estas píldoras</b>	Ampliar las posibilidades expresivas de nuestro cuerpo y nuestra voz. Trabajar en grupos, proponer, discutir, desarrollar ideas, defenderlas o rechazarlas. Desarrollar la creatividad.
<b>Títulos de los ejercicios</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- La imagen de la hora.</li><li>- El gesto ritual.</li></ul>
<b>Tiempo total</b>	45 minutos
<b>Plataforma virtual</b>	Zoom

### Descripción del desarrollo de las actividades

El director explica a los participantes, al comienzo de la sesión, que se pondrán en práctica ejercicios para trabajar la expresión corporal y la importancia del lenguaje no verbal. A menudo, más que las palabras, es el cuerpo y lo no verbal los que transmiten mensajes y revelan las intenciones. Los ejercicios le permitirán explorar no solo el cuerpo en sí, sino también ponerse en contacto con el cuerpo de los demás participantes, activando la imaginación individual y grupal.

#### Objetivos específicos

- Explorar el cuerpo mismo;
- Tener contacto con los demás participantes
- Activar la imaginación individual y grupal.

### Ejercicio 1 – Título "La imagen de la hora" Tiempo 10-15 minutos

#### Introducción del ejercicio

El director explica que, en este ejercicio, dará tres tipos de orden:

1) tiempo; 2) imagen; 3) acción.

El tiempo consistirá en una secuencia sucesiva de horas clave; la imagen consistirá en lo que hacen habitualmente, de manera ritualista en ese momento y en ese día; en la acción, los participantes iniciarán un diálogo con los personajes - imaginados - con los que generalmente se relacionan con esa hora y ese día. Cada actor permanecerá inmerso, circunscrito a su propio mundo privado, sin tener ningún contacto con los demás.



## **Desarrollo del ejercicio**

---

El director le pide al grupo que cierre los ojos. De vez en cuando, da los tres tipos de orden, *en el próximo vídeo se verán las partes a modo de ejemplo:*

- 1) el director anuncia la hora y los participantes se preparan;
- 2) Luego, él ordenará "¡Imagen!", Y todos los participantes realizarán simultáneamente la imagen de lo que habitualmente hacen, ritualísticamente (o excepcionalmente), en ese momento y en ese día;
- 3) Finalmente, el director dirá "¡Acción!" Y los participantes iniciarán un diálogo con los personajes - imaginados - con los que generalmente se relacionan en este momento y ese día. Cada actor permanecerá inmerso, circunscrito a su propio mundo privado, sin tener ningún contacto con los demás. Al escuchar el comando "¡Alto!", Todos cesarán sus actividades y se prepararán para el debate.

---

## **Ejercicio 2 - Título "El gesto ritual" Tiempo 25-30 minutos**

---

### **Introducción al ejercicio**

El director comienza la actividad reflejando que cada sociedad tiene sus rituales y, en consecuencia, sus propios gestos rituales. Se vuelve importante desentrañar los rituales de cada sociedad porque constituyen las expresiones visuales de las opresiones que existen dentro de la sociedad. Una cierta opresión siempre se manifiesta por signos visibles, siempre deja marcas. Uno puede discutir y descubrir la opresión social a través del discurso o mediante técnicas de imagen. Se refiere, por lo tanto, que la técnica que será dinamizada busca descubrir estos rituales.

### **Desarrollo del ejercicio**

#### Primer paso: el modelo

Comienza un voluntario haciendo un gesto sin movimiento. El resto del grupo tiene la cámara apagada. El moderador va dando paso a quienes han levantado la mano para sumar su gesto con movimiento, y después sonido. Quienes ya han participado mantienen la cámara encendida. Puede haber participantes que no muestren su gesto. Cuando ya se haya conseguido gesto+movimiento+sonido se comenta la interpretación del gesto.

Por supuesto, solo los gestos rituales que pertenecen a cierta sociedad, a cierta cultura o a cierto momento histórico, pueden ser comprendidos y completados por los demás participantes. A veces, tales gestos solo pueden ser comprendidos por las personas que se les someten.

---

### **Consideraciones / recomendaciones / consejos para adaptarlo a cada contexto.**

---

En el **ejercicio 1**, a veces el tiempo puede determinarse con precisión: mediodía, dos en punto, cuatro en punto, diez en punto, medianoche, tres en punto de la mañana, ocho en punto de la mañana, diez en punto reloj de la mañana. En otras ocasiones, puede seguir siendo inexacto: a última hora de la tarde, a primera hora de la tarde, temprano a la mañana, temprano a la mañana. En otras ocasiones, cuando el director considera que es importante, incluso especificará hasta el día de la semana: la noche del sábado, la tarde del domingo. O



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

puede evocar fechas especiales: las seis de la tarde de un día de elecciones, el amanecer de su cumpleaños, de las quince a la medianoche del 31 de diciembre.

---

## Propuesta de evaluación de este grupo de píldoras educativas

---

### Preguntas para la reunión informativa y la reflexión (para los participantes)

Con respecto al **ejercicio 1**, el director puede enfocar el debate sobre qué pasó con cada uno de los participantes y sobre cuáles son los puntos de contacto existentes, cuáles son las similitudes entre lo que han hecho o experimentado:

¿En qué momento se sintieron cada uno o todos ellos en un pico de energía (subió)?

¿En qué momento disminuyeron estas energías?

¿Cuáles fueron los momentos que se hicieron más pesados?

¿Cuándo se sintieron más descansados o relajados?

¿Cuáles fueron las relaciones que se establecieron con otros personajes?

¿Y con los objetos?

¿En qué momentos iniciaron una acción porque así lo desearon?

¿En qué momentos lo hacen porque están limitados por obligaciones?

¿En qué momentos se sienten felices?

¿Cuándo cada uno sintió lo mismo que los demás?

¿Cuándo se sintieron originales?

Profundizar temas como:

- Importancia de la comunicación no verbal.
- Sentimientos versus opiniones / ideas.



## G3 P9 - Expansión creativa

**Título de la píldora educativa:** “Expansión creativa” N°9

**Grupo de píldoras educativas:** G3 - “Aprender haciendo - expresión corporal”

<b>Grupo objetivo</b>	Jóvenes de 14 a 30 años
<b>Objetivo principal de estas píldoras</b>	Ampliar las posibilidades expresivas de nuestro cuerpo y nuestra voz. Trabajar en grupos, proponer, discutir, desarrollar ideas, defenderlas o rechazarlas. Desarrollar la creatividad.
<b>Títulos de los ejercicios</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- La imagen de las palabras</li><li>- Las máquinas</li></ul>
<b>Tiempo total</b>	45 minutos
<b>Logística y materiales</b>	Salón amplio / Plataforma zoom

### Descripción del desarrollo de las actividades

El director explica a los participantes, al comienzo de la sesión, que se pondrán en práctica 4 ejercicios para trabajar la expresión corporal y la importancia del lenguaje no verbal. A menudo, más que las palabras, es el cuerpo y lo no verbal los que transmiten mensajes y revelan las intenciones. Los ejercicios le permitirán explorar no solo el cuerpo en sí, sino también ponerse en contacto con el cuerpo de los demás participantes, activando la imaginación individual y grupal.

#### Objetivos específicos

- Explorar el cuerpo mismo;
- Tener contacto con los demás participantes
- Activar la imaginación individual y grupal.

### Ejercicio 1 - Título “La imagen de las palabras”. Tiempo 30 minutos.

#### Introducción al ejercicio

El director les pide a los participantes que escojan entre ellos una palabra que represente algo o alguien que le interese al grupo: un país, una región, un partido político, una profesión, un estado de ánimo, un personaje histórico o un evento reciente. Después de elegir la palabra, se explica que los participantes deberán formar con sus cuerpos la imagen de la palabra elegida.



## Desarrollo del ejercicio

El director pide cinco o más voluntarios que deseen mostrar visualmente la palabra elegida. Los cinco o más voluntarios/as no deben ver lo que hace cada uno, para no ser influenciados. Cada uno llega al centro y muestra con su propio cuerpo la imagen que tiene sobre el tema dado. Cuando todos los voluntarios hayan hecho sus demostraciones individualmente, el director debe preguntar si alguno de los otros participantes tiene una imagen diferente a las cinco o más que se mostraron. La respuesta es a menudo positiva. Así, uno por uno todos los participantes que lo deseen acuden al centro y muestran con sus propios cuerpos la imagen que se les ocurre del tema propuesto. Una vez que el modelo ha sido construido, el director propone la dinamización que, en este caso, debe realizarse por etapas:

*Primera dinamización:* el director da una señal y todos los participantes que hicieron las imágenes regresan al centro y repiten exactamente la misma imagen que habían propuesto; solo que ahora todos lo hacen simultáneamente, no uno por uno. Antes cada actor mostraba su imagen haciéndolo subjetivamente, personalmente; ahora, sin embargo, cuando todos muestran la imagen al mismo tiempo, podemos tener una vista múltiple del tema, es decir, una vista objetiva totalizadora.

*Segunda dinamización:* a una señal del director, todos los participantes deben buscar una posible interrelación con los otros participantes en la escena; no es suficiente que muestren sus imágenes, deben tratar de interrelacionarlas. Cada uno puede elegir solo otra imagen o varias, acercarse o separarse, hacer lo que quieran; ya que su posición física se vuelve significativa en relación con los otros participantes y en relación con los objetos que se han incluido en las diversas imágenes o suposiciones. Así, si antes de que cada imagen valiera la pena, ahora lo importante es la interrelación, el conjunto, el macrocosmos.

## Formato Virtual

Para la actividad ‘La imagen de las palabras’ es necesario poner Zoom en modo galería. Las únicas palabras que se utilizarán serán bullying y cyberbullying y cada participante hace un gesto que represente la palabra. Posteriormente se hace una división por grupos en subsalas de Zoom con los participantes que hayan hecho los gestos más similares y seleccionan una persona y un gesto que sea el más representativo para mostrarlo al unirse a la sala general de Zoom.

---

## Ejercicio 2 - Título "Máquinas" Tiempo 10-15 minutos

---

### Introducción del ejercicio

Antes de comenzar el juego, el educador pregunta al grupo grande: “¿Qué es una máquina?”, “¿Qué características tiene?”, “¿Cómo está?”. El grupo responderá estas preguntas (y otras sobre lo que se puede hacer) y con esta información procederemos a construir su propia máquina en grupos de 6 a 8 personas. Para crear esta máquina tienen sus cuerpos y voces, con todas las capacidades que tienen y son capaces de imaginar. Simplemente hacen la máquina entre todos, a partir de las aportaciones de los participantes.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

## Desarrollo del ejercicio

Estamos en un círculo, una persona (quien quiera) viene al centro y propone un sonido y un movimiento, ambos rítmicos. Al observar a la persona o personas que están en el centro, cada uno propone movimientos y sonidos rítmicos y constantes. Así es como creamos nuestra máquina. Cuando todos los miembros del grupo participan, les pedimos que se congelen por un momento, que respiren; desde allí observa a tus compañeros, primero mientras están congelados y luego también durante la acción. Pedimos que la máquina continúe su sonido y movimiento un poco más antes de terminar el ejercicio. Estas máquinas se pueden hacer a partir de un sonido y movimiento al azar o también se pueden hacer con un concepto. La diferencia es que, antes de que salga la primera persona, decimos: "hagamos la máquina del amor" y, a partir de ahí, todos los participantes trabajan con este concepto al crear su sonido y movimiento. Algunas máquinas posibles pueden ser:

1. La máquina del odio.
2. El antídoto de la máquina del odio.
3. La educación.
4. Cualquier otra cosa que se te ocurra.

Después de hacer cada máquina, podemos analizar sus partes, su dinámica, su tipo de movimiento y sonido, teniendo en cuenta el concepto que representábamos y, a partir de ahí, entenderemos el significado de ese concepto, tal como el grupo lo entiende e interpreta.

## Formato Virtual

“Las máquinas”: se divide en grupos, se crea la máquina antibullying, se muestra, y se analiza cómo lo ha interpretado cada grupo: diferencias y semejanzas. La actividad se adapta al No. de participantes del grupo.

---

## Propuesta de evaluación de este grupo de píldoras educativas

---

### Preguntas para la reflexión y conclusiones (para los participantes)

Para el ejercicio 1 “La imagen de las palabras”

¿Hubo alguna diferencia entre la primera imagen conformada por los voluntarios y voluntarias y la última imagen modificada por el público? ¿Cual?

#### Para el ejercicio “Las Maquinas”

-la reflexión debe girar en torno a los elementos que conformaron la máquina, qué representaba cada uno, cual era la relación entre estos, y si piensan que faltó algún otro elemento.

Para cerrar la reflexión, se les puede preguntar cual de los dos ejercicios se les hizo mas fácil representar y por qué

Profundizar temas como:

- Importancia de la comunicación no verbal.
- Sentimientos versus opiniones / ideas.





Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

## G4 P10 - Imagen de transición

**Título de la píldora educativa:** “Imagen de transición”

**Grupo de píldoras educativas:** G4 - Analizar el Contexto a través a través de las técnicas del teatro del Oprimido.

<b>Grupo objetivo</b>	Jóvenes de 14 a 30 años
<b>Objetivo principal de estas píldoras</b>	Analizar el contexto a través de las técnicas del teatro del oprimido
<b>Títulos de los ejercicios</b>	La imagen de la transición
<b>Tiempo total</b>	30 minutos
<b>Logística y materiales</b>	Salón amplio / Plataforma zoom

### Descripción del desarrollo de las actividades

#### Objetivos específicos

Iniciar en los participantes el uso de técnicas del teatro del oprimido para analizar situaciones que le permitan trabajar el creciente fenómeno del bullying en las aulas.

#### Introducción al ejercicio

Con este ejercicio los participantes se ponen en contacto con una técnica que los acerca a explorar situaciones de opresión y poder.

El animador dirige la atención a lo que se muestra en muchas relaciones personales. En este caso se concentra en el **tema del “poder” en relaciones donde la “desigualdad”** se muestra en algunos aspectos importantes de las relaciones. Se toma este tema porque en el acoso entre estudiantes se manifiesta una determinada “desigualdad” que abre el camino a una relación de opresión. Se trata introducir el grupo en la reflexión de que ser “diferente” de alguna manera no debe conducir a la exclusión sino a la inclusión significando que desde esas diferencias surgen muchas oportunidades de aportes. Es conveniente mantener la perspectiva de que poder es también posibilidad de aporte en el más amplio sentido de la palabra que emerge desde la diferencia.

Con el ejercicio “Imagen de transición”, se trata de producir un debate (solo con imágenes, sin palabras) sobre **poder y desigualdad** trabajando un modelo con el cuerpo.

#### Desarrollo del ejercicio

*Primer paso.* El facilitador invita al grupo a que forme un círculo. A una determinada señal del facilitador, cada participante hace una representación con su cuerpo, del tema del “poder”. La imagen que ofrece cada participante debe ser estática, aunque suponga algún movimiento con la presencia de otras personas u objetos. Con esta modelación de cada participante, se produce una especie de discusión sólo con imágenes y no se permiten palabras con la presencia de otras personas u objetos. Con esta modelación de cada participante, se produce una especie de discusión sólo con imágenes y no se permiten palabras.



*Segundo paso.* Con las imágenes de cada modelo el grupo construye un solo modelo aceptado por la mayoría, y ampliamente enriquecido, que presenta el tema del “poder” con varias imágenes según lo acuerde el grupo. En todo el procedimiento no interviene la palabra sino las imágenes. Es un debate de imágenes.

*Tercer paso.* El **modelo** obtenido de ese debate de imágenes es un modelo real, aceptado por el grupo. El animador le pide al grupo que construya un modelo ideal sobre el “poder”, desde el modelo real, y en ese modelo el “poder” queda eliminado.

*Cuarto paso.* Se pasa a la **dinamización**. El animador deja claro a los participantes que pueden opinar sobre el **tránsito de la imagen real a la imagen ideal**, de manera que cada participante actúa como un escultor, cambiando todo lo que crea necesario para transformar la realidad del poder dominante (eliminándolo) y aportando cualquier diferencia como fuente de **poder cooperativo**. Toda esta construcción de imagen se hace sin palabras porque el **debate** se hace con las imágenes y cada imagen aportada debe debatirse como realizable o fantástica.

*Quinto paso.* Una vez que cada uno haya mostrado sus imágenes de transición, el animador hace una comprobación práctica de lo que se ha discutido con imágenes.

*Sexto paso.* A una señal del animador, cada personaje de la imagen comienza a moverse en cámara lenta. Es decir, hace un movimiento y solo uno, dirigido a cambiar a la imagen deseada del “poder”. El movimiento se hace de acuerdo con el personaje y no de quien lo interpreta. Con cada señal del animador, cada personaje mira a los demás para situarse en relación con las demás imágenes. Cuando las imágenes se detienen se supone que se ha llegado a un nivel aceptado por todos los participantes.

---

### **Formato Virtual.**

La persona educadora profundiza en diversos conceptos de “poder”. En la sala principal de Zoom cada uno presenta su imagen del concepto “poder”, y las imágenes similares pasan a subsalas de Zoom donde eligen una sola imagen que represente las demás. Al regresar a la sala principal de Zoom, se hace el ejercicio de la imagen de transición con las imágenes seleccionadas en las subsalas. En este caso deben tratar de comunicar los cambios de las imágenes a través de gestos, evitando las palabras.

---

## **Propuesta de evaluación de este grupo de píldoras educativas**

---

### **Preguntas para la reflexión (para los participantes)**

- ¿Cuáles fueron las partes o momentos más difíciles del ejercicio?
- ¿Fue complejo manejar el concepto de poder como algo que puede residir en lo diferente sin ser opresivo?
- ¿Se considera útil este ejercicio para contextualizar el análisis del Bullying?

¿Qué diferencias observaron entre la primera imagen del poder y la última construida por el grupo?



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

## G4 P11 - “La imagen del antagonista”

**Título de la píldora educativa:** “La imagen del antagonista”

**Grupo de píldoras educativas:** G4 - “Análisis del contexto con las técnicas del Teatro del Oprimido”

<b>Grupo objetivo</b>	Jóvenes de 14 a 30 años.
<b>Objetivo principal de estas píldoras</b>	Analizar el contexto a través de técnicas de ‘Teatro del Oprimido’
<b>Títulos de los ejercicios</b>	La imagen del antagonista
<b>Tiempo total</b>	60 minutos
<b>Plataforma virtual</b>	Zoom

### Descripción del desarrollo de actividades

#### Objetivos específicos

Iniciar el grupo en técnicas de “Teatro de los oprimidos”; Comprender la relevancia del "Teatro de los oprimidos" para prevenir los fenómenos de acoso escolar y ciberacoso.

#### Introducción del ejercicio

Con esta actividad pretendemos iniciar el grupo en técnicas de “Teatro del oprimido” (imagen, ritmo, frase, identificación, reconocimiento, improvisación, diferentes modos...) y resaltar los conceptos principales que lo sustentan (opresión, oprimido, opresor).

En primer lugar, el director elige el tema que desea abordar, restringiéndolo al área de relaciones interpersonales. En este caso será "el miedo". Él / ella explica que él / ella eligió este tema porque es a través del miedo cuando aceptamos ser oprimidos. Un hombre sin miedo nunca será oprimido. Sin embargo, siempre tenemos miedo, más o menos y el miedo siempre está ahí, condicionando nuestras acciones y reacciones, nuestra vida.

Se explica que cada participante debe **pensar en una situación concreta** que involucre a cada uno de ellos y a un antagonista. El antagonista debe ser alguien de quien sintió miedo. La situación debe ser muy concreta y clara: una frente a la otra. Uno no puede pensar vagamente en el miedo a la sociedad, sino en el miedo provocado por uno de sus representantes. El objetivo es pensar en "miedos sociales" en lugar de miedos "metafísicos". No sobre los temores de qué, sino los temores sobre quién, incluso si el miedo de uno significa algo que temer. En resumen: el miedo debe estar incorporado en una persona y no ser abstracto.

#### Desarrollo del ejercicio

\* Importante dar apoyo y soporte emocional de forma paralela al ejercicio.

Primera etapa: la imagen de uno mismo



Cada participante debe pensar en una **situación concreta** que lo involucre a sí mismo y a un **antagonista del que sienta miedo**. Cuando cada participante ha pensado en una situación social muy concreta, debe pensar en una **imagen de su propio cuerpo** cuando siente ese miedo. Su propio cuerpo en presencia del antagonista, cara a cara. En este punto, el director les pedirá a todos que realicen la imagen de cada uno al mismo tiempo. Es importante que todos hagan sus imágenes al mismo tiempo para que nadie influya o sea influenciado por otros.

#### Segunda etapa: formando familias de imágenes

El director agrupa a las personas por imágenes parecidas. Así se formarán pequeños grupos de **"familias de imágenes"**. Habrá tres, cuatro, o incluso cinco familias de imágenes diferentes. Más que eso no es conveniente, porque distraerá y dividirá la atención de los participantes.

#### Tercera etapa: la elección de las imágenes

Una vez que se hayan formado las "familias", el director divide al grupo de imágenes en subsalas de Zoom y propondrá que el grupo, en su totalidad, elija en cada familia una imagen que "contenga" a las otras o las sintetice. La imagen que contiene el mayor número de elementos sensibles presentes en toda la familia. El grupo elegirá así una imagen representativa de cada familia. Estas tres, cuatro o cinco imágenes elegidas, juntas, serán las imágenes de los temores del grupo, en ese día y en ese momento.

#### Cuarta etapa: representando o dinamización

Esta etapa que es relativamente larga debe continuar los siguientes pasos

(Importante tener en cuenta que en estos pasos las estatuas no pueden hablar. Son los demás participantes los que hacen las observaciones.

1. El director pide al grupo que comente lo que ve. Los comentarios, incluso los contradictorios, sólo deben exponerse, sin llegar a una conclusión.

Cada participante expone sus sentimientos y el director siempre debe tratar de llamar la atención sobre los detalles físicos **objetivos**, como "¿están de pie o sentados?", "¿Qué hacen las manos y los ojos?", "¿Cuál es la posición del cuerpo?",... No se trata de interpretar, se trata de ver lo que hay.

2. El director le pide a los actores-imágenes que prueben el ritmo de sus imágenes: lento o rápido, desarrollando con el ritmo sus sentimientos en relación con ese momento particular de miedo.

3. Luego el director pedirá que todos los actores, al mismo tiempo, manteniendo la imagen rítmicamente, digan una o más oraciones que surjan en ese momento, en el pensamiento de los personajes que interpretan. Primero, todo al mismo tiempo, siempre con la intención de no influir unos en otros; luego cada uno a su vez, para que todos puedan testificar. Así tendremos imagen, ritmo y frase.

4. El director le pide a cada protagonista que realice una metamorfosis: presenta esta imagen con este ritmo y dice tal frase o frases, porque tiene ante sí en ese momento real y concreto al antagonista. ¿Qué imagen tendrá este antagonista? Así, en cámara lenta cada protagonista debe metamorfosear su imagen en la imagen del antagonista: veremos cómo cada uno se convierte en la imagen de su opresor.



5. El director pedirá entonces que cada uno le dé un ritmo a su imagen del antagonista; diga una o más oraciones que correspondan a los pensamientos del antagonista en ese momento concreto, real y preciso. No abstracciones ni generalidades. En este punto habremos visto las imágenes de los protagonistas con ritmos y frases. Y veremos las imágenes de los antagonistas también con ritmos y frases. Todo esto es el trabajo de los oprimidos que representaron los temores de todo el grupo, simbolizados y sintetizados en esas pocas imágenes.

#### Quinta etapa: identificaciones o reconocimientos

El director preguntará al grupo con qué personas se identifican (lo que ocurre raramente) o quiénes se reconocen en estas imágenes de antagonistas (las imágenes de los opresores). Quienquiera que se identifique con una de estas imágenes o la reconozca (porque es una concreta que el participante conoce bien o quizás le haga sufrir) debería reemplazar esa imagen. El protagonista que haya creado esa imagen, por lo tanto, será libre de regresar a su posición en su propia imagen de los oprimidos. Cuando todos hayan sido reemplazados, tendremos tres o cuatro o cinco parejas de protagonistas-antagonistas, es decir, oprimidos-opresores. Los primeros totalmente identificados con las imágenes, ya que son ellos mismos; los segundos, o identificados (caso raro) o identificando tales personajes reconociéndolos, sabiendo quién es, preparado para experimentar la improvisación que seguirá. Las parejas se enfrentan cara a cara, y comienza la nueva etapa.

#### Sexta etapa: improvisaciones en dos modos.

El director dará cuatro órdenes sucesivamente:

1. ¡Imagen! - todos los participantes realizarán las respectivas imágenes de protagonistas o antagonistas, cara a cara;
2. ¡Ritmo! - Todo el mundo da ritmo a sus imágenes.
3. ¡Frase! - todos dirán y repetirán las oraciones iniciales que se habían dicho;
4. ¡Acción! - a partir de ese momento todas las parejas improvisarán la escena: los dos actores conocen el punto de partida, pero no el de llegada; No se trata de reproducir una escena vivida en el pasado, sino de hacer una experiencia para el futuro. El protagonista intentará liberarse a sí mismo de la opresión y el miedo: el antagonista, que conoce a tal opresor, intentará, en acción, mostrar cómo oprimiría.

En esta etapa, casi siempre surge un problema que, de hecho, no lo es. El actor que incorpora al antagonista tiene, en su experiencia de vida, una referencia: alguien que conoce, alguien que forma parte de su vida, de su experiencia. Alguien concreto, como el opresor que inspiró al antagonista. Similar, pero no lo mismo. El protagonista puede haber pensado en su padre y el actor que incorpora al padre puede estar pensando en su maestro. Habrá una aparente tontería, una escena surrealista: ¡Uno dirá "padre!" y el otro responderá "¡maestro!". De hecho, lo que hizo el actor-antagonista fue resaltar el carácter de maestro de la imagen del padre. Las imágenes son polisémicas y ahí radica su importancia. Estas diferencias pueden causar distracciones en los actores, quienes deben estar preparados una vez que esto suceda. Si sucede, mucho mejor, porque aprenderemos más sobre la escena, la situación, los protagonistas y los suyos y nuestros temores



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

Generalmente, después de unos minutos, esta técnica extremadamente intensa y conflictiva puede terminar en una confrontación.

Por lo tanto, el director debe proponer el modo suave y suave: lento y bajo.

Después de la primera parte de la improvisación libre, los actores tenderán a ser más creativos y aprenderán mucho más sobre la interrelación.

#### Séptima etapa: la segunda improvisación

Después de unos minutos, el director debe detener las improvisaciones y solicitar que otros participantes reemplacen al primer grupo de antagonistas. Deben tratar de usar una nueva forma de opresión, no presente la primera vez: así, el protagonista se enfrentará a una nueva arma o estrategia del arsenal del opresor. Y él / ella tendrá que defenderse contra este nuevo ataque, aprendiendo lo que es posible de esta nueva forma de oprimir.

Aquí también, el falso surrealismo puede ocurrir. Falso porque, de hecho, es una verdadera "dimensión" de la primera imagen. En ese caso, quien fue inicialmente el padre y luego se convirtió en el maestro, bien puede convertirse ahora en el sacerdote, el hermano mayor, el jefe o cualquier otra persona; es decir, cualquiera que sea el actor sustituto, que encarna la imagen del antagonista, se ha retirado de su vida / experiencia vivida.

Por lo tanto, se realizará una segunda improvisación, en dos ocasiones: modo normal y modo suave y suave (lento y bajo). Se puede hacer una tercera o cuarta improvisación cuando y entre los participantes hay actores que reconocen al antagonista (diferentes tipos del mismo antagonista) y que están dispuestos a luchar para experimentar en la escena los posibles resultados de estas confrontaciones.

#### Octavo paso: el intercambio de opiniones.

Después de las improvisaciones, el director conducirá el debate, el intercambio de opiniones e impresiones y la síntesis de lo que los/as participantes sintieron.

---

## **Propuesta de evaluación de este grupo de píldoras educativas**

---

### **Preguntas para el análisis y la reflexión (para los participantes)**

- ¿Cuáles fueron las dificultades experimentadas durante el ejercicio?
- ¿Qué es esencial en él? (escena de opresión, un opresor, etc.)
- ¿Cuál es la relación entre este ejercicio y el bullying / ciberbullying?
- ¿Quiénes son los protagonistas involucrados en estos fenómenos?
- ¿Cómo pueden ayudar las técnicas del "Teatro de los oprimidos" en la detección de casos?
- ¿Y en la intervención?



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

## G4 P12 - Teatro Periodístico

**Título de la píldora educativa:** “Teatro Periodístico” Nº12

**Grupo de píldoras educativas:** G4 - Analizar el contexto a través a través de las técnicas del teatro del Oprimido.

<b>Grupo objetivo</b>	Jóvenes de 14 a 30 años
<b>Objetivo principal de estas píldoras</b>	Analizar el contexto a través de las técnicas del teatro del oprimido
<b>Títulos de los ejercicios</b>	Teatro periodístico
<b>Tiempo total</b>	60 minutos
<b>Logística y materiales</b>	Sala amplia/ Plataforma zoom; Noticias

### Descripción del desarrollo de las actividades

#### Objetivos específicos

Iniciar en los participantes el uso de la técnica “Teatro Periodístico” del teatro del oprimido, para analizar situaciones que le permitan trabajar el creciente fenómeno del bullying en las aulas.

#### Introducción al ejercicio

Primero se explica a todo el grupo que vamos a trabajar con *Teatro Periodístico* y el por qué de ello.

*TEATRO PERIODÍSTICO - Es una técnica muy potente para conectar las opresiones personales y del grupo con la actualidad mediática, y viceversa, partir de las noticias de prensa, por ejemplo, para conectar con la realidad del colectivo y sus reivindicaciones. Nos permite leer más allá de las noticias, conocer más sobre las temáticas que se estén trabajando, o hacer más compleja la representación del marco que permite el conflicto social que estemos representando (Motos, 2009 & Forcadas, 2015).*

*El teatro periodístico surge en los años 70 por Augusto Boal como respuesta a la represión de la dictadura brasileña. Este crea once técnicas que busca dinamizar las noticias de prensa, generando un debate y un ejercicio en tiempo de crisis.*

*En nuestro caso lo empleamos para partir de un análisis **previo y una discusión sobre las noticias** de los diarios o periódicos para posteriormente realizar una representación creada por los participantes.*



## Desarrollo del ejercicio

Primero se explica a todo el grupo que vamos a trabajar con *Teatro Periodístico* y el por qué de ello (como hemos expuesto en la introducción). A continuación se hacen 4 grupos heterogéneos de acuerdo a las realidades de los 4 países que participan en este proyecto (República Dominicana, Paraguay, Portugal y España).

Una vez que se han realizado los grupos, se les proporciona a cada uno de los cuatro grupos **noticias sobre bullying y cyberbullying** según los **4 países**. Es decir, habrá un grupo que trabaje sobre las noticias de República Dominicana, otro sobre Paraguay, otro sobre Portugal y otro sobre España.

Una vez que hayan leído todas las noticias, deberán **elegir solamente una de ellas** y realizar un **mapa conceptual** en el que reflejen:

- En el centro: “Un título creado por ellos/as sobre la noticia”.
- Alrededor:
  - ? Qué sucedió, cuándo y dónde (hecho)
  - ? Por qué (causas)
  - ? A quién / quienes
  - ? Quiénes participaron
  - ? Consecuencias
  - ? Prevención
  
- Por detrás escribimos una sinopsis en una frase.

De esta manera se obtendrán 4 mapas conceptuales o mentales sobre 4 noticias de 4 países diferentes para poder comparar las diferencias y similitudes entre ellos.

---

### Formato Virtual.

La persona educadora, puede presentar a los participantes un ejemplo de noticia con el mapa conceptual y las soluciones. Crea los grupos de trabajo en subsalas de Zoom y reparte las noticias. Cuando hayan terminado pasan a la sala general de Zoom y presentan sus mapas. Previamente se les sugiere utilizar PowerPoint u otra plataforma que convenga para crear sus mapas conceptuales.

---

## Propuesta de evaluación de este grupo de píldoras educativas

---

### Preguntas para la reflexión (para los participantes)

- ¿Se sintieron impactados o impactadas por las noticias?
- ¿Fue difícil hacer una interpretación nueva de la noticia a partir del análisis?
- ¿Se considera útil este ejercicio para contextualizar el análisis del Bullying y el Cyberbullying?





Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

## G5 P13 - Creaciones de Teatro Imagen

---

Título de la píldora educativa: **Introducción a la técnica del Teatro Imagen**  
Grupo de píldoras: **G5 - Creaciones de Teatro Imagen**

---

<b>Grupo objetivo</b>	Jóvenes de 14 a 30 años.
<b>Objetivo principal de estas píldoras</b>	Aprender a aplicar la técnica del teatro imagen para la prevención y detección del acoso y el ciberacoso.
<b>Títulos de los ejercicios</b>	Introducción a la técnica del teatro imagen
<b>Tiempo total</b>	30 minutos.
<b>Plataforma virtual</b>	Zoom

### Descripción del desarrollo de las actividades

---

#### Ejercicio 1 – Título “Introducción a la técnica del Teatro Imagen ”

Tiempo estimado: 10-15 minutos.

---

#### Objetivos específicos

Introducir las técnicas del teatro de los oprimidos y, en particular, la técnica del teatro de imágenes.

---

#### Introducción al ejercicio

Los participantes conocerán las teorías y las prácticas de esta metodología (específicamente Teatro Imagen) porque es una de las herramientas que fortalece la expresión y visibilización de los problemas sociales que experimentan los individuos en nuestro entorno.

---

#### Desarrollo del ejercicio

\*Durante la formación en Portugal debatimos sobre si esta primera parte en la que se explica el Teatro del Oprimido y el Teatro Imagen sólo utilizarlo con los/as profesionales y la parte de los ejercicios realizarla con los/as participantes. Buscamos la forma más aplicada posible.

\*Esta parte está destinada a la formación de los profesionales (como acordamos en la formación de Portugal).

Antes de comenzar y para contextualizar un poco, proyectaremos algún vídeo sobre bullying y cyberbullying. Algunas de las propuestas son:



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

- *Y tú, ¿de qué lado estás?* (<https://www.youtube.com/watch?v=oHejiVLTP2U>)
- *Un vídeo que te enseñará por qué evitar el #ciberbullying y el #bullying* (<https://www.youtube.com/watch?v=Pvx5qbBotG4>).

1º) *Proyección del video del «Teatro del Oprimido» (en español con subtítulos en inglés)*

[https://www.youtube.com/watch?v=5\\_IV1vZnEYc](https://www.youtube.com/watch?v=5_IV1vZnEYc) hasta el minuto 5:40 para los/as jóvenes.

2º) *Debate sobre las ideas clave del vídeo*

*¿Qué os ha parecido?*

La metodología del Teatro del oprimido (TO) es una herramienta educativa pedagógica no formal que utiliza el teatro como un medio para **promover el cambio social y político**. Estas técnicas permiten a las personas reflexionar y experimentar los problemas y las barreras sociales que se encuentran en vuestro entorno, logrando una mejor comprensión de sí mismos, sus comunidades y el mundo. Todo esto se realiza a través de diferentes **ejercicios** que consisten en **simular diferentes casos reales**, que provendrán directamente de la **experiencia de la vida personal y colectiva de los participantes**. Al hacerlo, **discutiremos los problemas** y buscaremos **generar alternativas para el cambio** en nuestra comunidad, grupo y entorno de una manera creativa. Esta capacitación involucra a las personas en el descubrimiento y la reflexión crítica a través del diálogo y la experimentación de los problemas en su propia piel.

De esta manera, los participantes desarrollan su capacidad de empatía y respeto por la diversidad y, por lo tanto, favorecen la eliminación de las barreras sociales y la prevención del acoso escolar y el ciberacoso.

3º) *Proyección del vídeo sobre la Técnica de Teatro Imagen*

Vídeo corto sobre el teatro de imágenes en portugués con subtítulos en inglés.

<https://www.youtube.com/watch?v=b5aMlBahAf0>

Es una de las técnicas de teatro del oprimido, elaborada por Augusto Boal. Es un procedimiento de etapa en el que la palabra no se usa y que busca la construcción de imágenes con los cuerpos de los participantes para mostrar una opresión colectiva. Inicialmente se llamaba teatro - estatua.

*Debate sobre las experiencias vividas hasta el momento con los ejercicios de la técnica de Teatro Imagen.*

\*Esta parte está destinada a los/as participantes (como acordamos en la formación de Portugal).

4º) *Ejercicios de teatro de imágenes - 'Escultor y escultura'.*

El facilitador dividirá al grupo en subsalas de Zoom por parejas y se les explica que serán escultores y esculturas. Primero jugarán un papel y luego el otro. Podrá repetirse tantas veces como el facilitador quiera. Únicamente tendrá que cambiar de parejas en las subsalas de Zoom.



A continuación, explicaremos el ejercicio con un ejemplo de cómo el escultor puede esculpir la estatua. Tienes tres opciones para esculpir:

1. Como un **espejo**: el escultor hace una estatua con su cuerpo y la escultura la copia.
2. Con las **manos y ayudándonos de la voz**, movemos y dirigimos al compañero como si fuera una masa de arcilla, explorando diferentes modelos.
3. Como un **títere**: con hilos imaginarios que tiran de diferentes partes de tu cuerpo. Esto se puede hacer sin tocar.

Les sugeriremos que primero exploremos libremente y luego los guiemos a atravesar diferentes emociones. Finalmente, exploraremos las estatuas relacionadas con el bullying; La víctima, el agresor y los espectadores.

Es importante recordar a los participantes que la expresión de la escultura lo hace porque nos dirá mucho sobre el estado de ese personaje que estamos creando. La persona esculpida tendrá su físico conectado con su interior, permitiendo que la forma esculpida también lo impregne internamente. Así, la forma nos conecta con nuestro universo emocional.

---

### **Consideraciones / recomendaciones / consejos para adaptarlo a cada contexto**

- Se recomienda un número par de participantes para ejecutar el taller. Los ejercicios se crean para un grupo de 20 participantes, pero se pueden adaptar para cualquier número de participantes.
- Manteniendo el silencio, los participantes no deben hablar entre ellos a menos que el/la facilitador/a lo permita o si el ejercicio lo requiere.
- Es muy importante que los ejercicios se adapten a las personas del grupo.
- A lo largo de los ejercicios, se recomienda que el/la facilitador/a anime a los participantes a respirar adecuadamente para oxigenar el cerebro y facilitar la relajación.

---

### **Propuesta de evaluación de este grupo de píldoras educativas**

---

#### **Preguntas para el análisis y la reflexión**

- ¿Cuál es tu sueño de transformar el mundo?
- ¿Qué necesitas para seguir creciendo?
- ¿Qué sentiste durante los ejercicios relacionados con el Teatro Imagen?
- ¿Cuál es el estado con el que saliste del taller?



## G5 P14 - Creaciones de teatro imagen

Título de las píldoras educativas: **Creaciones de teatro imagen**

Grupo de píldoras educativas: **G5 - Creaciones de teatro imagen**

<b>Grupo destinatario</b>	Jóvenes de 14 a 30 años
<b>Principal objetivo de estas píldoras educativas</b>	Aprende a aplicar la técnica de teatro de imágenes para prevenir y detectar el bullying y el ciberbullying.
<b>Títulos de los ejercicios</b>	Creaciones de teatro imagen
<b>Tiempo total</b>	60 minutos.
<b>Plataforma virtual</b>	Zoom

### Descripción del desarrollo de las actividades

**Ejercicio 1 – Título “Creaciones de teatro de imágenes”**

**Tiempo 60 minutos**

#### Objetivos específicos

Aprenda a crear escenas con Teatro Imagen (“Teatro Imagen”) para trabajar con jóvenes para prevenir el bullying y el ciberbullying.

#### Introducción al ejercicio

Explicaremos que el propósito en esta parte es practicar diferentes ejercicios en los cuales los participantes se acercan a la realidad de la vida cotidiana de las personas involucradas en casos de acoso escolar y ciberacoso.

Estos ejercicios consisten en simular diferentes situaciones basadas en casos reales de bullying y ciberbullying, que provendrán directamente de la investigación y la experiencia de vida personal y colectiva de los participantes. Al hacerlo, discutiremos problemas y buscaremos alternativas para el cambio en nuestra comunidad, grupo y entorno de una manera creativa. Esta capacitación involucra a las personas en el descubrimiento y la reflexión crítica a través del diálogo y la experimentación de los problemas en su propia piel. De este modo, los participantes desarrollan su capacidad de empatía y respeto por la diversidad y, por lo tanto, promueven la eliminación de las barreras sociales y la prevención del acoso escolar y el acoso cibernético.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

## **Desarrollo del ejercicio**

\*A lo largo de todo el desarrollo es importante dar apoyo y soporte emocional de forma paralela al ejercicio.

### ***1º Creación de fotografías***

Realizaremos el ejercicio con la creación de FOTOGRAFÍAS para comprender el mecanismo de análisis de las imágenes composiciones creadas.

Se propondrá a los participantes que salgan uno por uno y que hagan una composición de una imagen entre todos para crear una escena, es recomendable comenzar el ejercicio recreando escenas que no tengan tanta carga emocional y poco a poco ir vinculándolas con el bullying y el ciberbullying de forma progresiva. Los ejemplos a recrear serán los siguientes:

- Celebración de cumpleaños
- Boda
- Guerra
- Situación de acoso (por ejemplo, bullying y ciberbullying).

Después de cada una de las creaciones se analizará la posición de las estatuas y lo que representan, en un objetivo (posiciones) y subjetivamente (lo que piensan y representan).

### ***2º Construir una imagen colectiva a partir de una historia seleccionada***

Para realizar esta parte, los participantes serán divididos en 4 subsalas primero. En estos grupos, se cogerá la información recopilada en los mapas documentales y cada grupo representará la historia real de cada noticia para recrearlas.

Una vez que deciden en qué historia y qué datos se basan, tienen que crear tres momentos importantes en la historia con tres imágenes estáticas (como si fueran fotografías):

- Presentación (introducción)
- Desarrollo
- Momento de crisis (sin retorno): momento de mayor conflicto.

### ***3º Aprender a analizar las escenas***

Una vez que todos los grupos han recreado su historia, se hace un análisis de las circunstancias y las personas que influyen en el problema de la intimidación y el ciberacoso. Para ello nos ayudarán las técnicas de la píldora 15:

“El monólogo interno”

“Diálogo”

“El deseo en acción”



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

### **Consideraciones / recomendaciones / consejos para adaptarlo a cada contexto**

- Se recomienda un número par de participantes para ejecutar el taller. Los ejercicios se crean para un grupo de 20 participantes, pero se pueden adaptar para cualquier número de participantes.
- Mantener el silencio, los participantes no deben hablar entre ellos a menos que el entrenador lo permita o si el ejercicio lo requiere.
- Es muy importante que los ejercicios se adapten a las personas del grupo.
- A lo largo de los ejercicios, se recomienda que el entrenador anime a los participantes a respirar adecuadamente para oxigenar el cerebro y facilitar la relajación.

---

### **Propuesta de evaluación de este grupo de píldoras educativas.**

---

#### **Preguntas para la reflexión (para los participantes)**

De forma individual, respondemos a algunas de las preguntas que se proporcionan por escrito para ayudar a cada uno a evaluar todo el proceso:

- ¿Cuál fue para ti una buena experiencia durante estos ejercicios?
- ¿Qué aprendizaje / herramienta / logro de esta capacitación puede serte útil para tus actividades en tu organización?
- ¿Quién apoyó tu aprendizaje durante este entrenamiento?
- ¿Quién se beneficiará de tu aprendizaje?
- ¿Qué te gustó aprender durante este entrenamiento?



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

## G5 P15 - La imagen de las imágenes

### Título de las píldoras educativas: “La imagen de las imágenes” Grupo de píldoras educativas: G5 - “Creaciones de teatro imagen”

<b>Grupo objetivo</b>	Jóvenes de 14 a 30 años
<b>Objetivo principal de estas píldoras</b>	Aprender a aplicar la técnica de teatro de imágenes para prevenir y detectar el bullying y el ciberbullying.
<b>Títulos de los ejercicios</b>	La imagen de las imágenes
<b>Tiempo total</b>	40 minutos
<b>Plataforma virtual</b>	Zoom

### Descripción del desarrollo de las actividades

#### Objetivos específicos:

Aprender a crear una escena con Teatro Imagen para trabajar con los jóvenes y así, prevenir el acoso y el ciberbullying.

#### Introducción del ejercicio

El director explica que se desarrollará un ejercicio con la técnica de "Teatro Imagen" para trabajar en los problemas de bullying y ciberbullying. El facilitador crea grupos en subsalas de Zoom de cuatro o cinco personas (**los que tenemos de las noticias trabajadas**). Cada participante de estos grupos debe, en poco tiempo, imaginar una opresión actual, teniendo en cuenta el problema del bullying y ciberbullying analizado en el grupo de actividades.

#### Desarrollo del ejercicio

Previamente se crearon 4 escenificaciones sobre las noticias de bullying y ciberbullying en los países (España, Portugal, República Dominicana y Paraguay). De cada una de estas historias, elegiremos un momento clave y llevaremos a cabo este tipo de dinimizaciones para seguir profundizando en estas situaciones de casos reales.

#### Primera dinamización “El monólogo interno”

Durante aproximadamente 3 minutos en las subsalas (el tiempo que se establezca dependerá de la creatividad del grupo), todos los actores que integran la imagen deben hablar, sin interrupción, lo que sus personajes están pensando en ese momento específico. Los actores/actrices dirán todo lo que se les ocurra, no como actores, sino como personajes; todo lo relacionado con la situación de los personajes y no con la situación teatral que ellos (los actores) están viviendo. Este monólogo debe hacerse sin interrupción y a veces puede resultar difícil. Es necesario advertir a los actores de esta dificultad para que los estimule. En general, después de un comienzo difícil, los actores se acostumbran y sucede que, una vez agotados los tres minutos, muchos de ellos todavía quieren continuar. Este paso alimenta enormemente las imágenes.

#### Segunda dinamización: diálogo

Seguimos en las subsalas y durante aproximadamente 3 minutos más, los actores, siempre inmóviles, podrán dialogar. Ya que no pueden moverse, si un actor quiere hablar con alguien que no ve, o si quiere combinar una acción con él, debe encontrar una manera, siempre inmóvil, de lidiar con esta dificultad.

#### Tercera dinamización: el deseo en acción

Muy lentamente, en cámara lenta, y esta vez sin decir una sola palabra, sin hacer ningún sonido, los actores se moverán e intentarán mostrar los deseos de sus personajes. Esto también durará unos minutos.

Probaremos estas técnicas en cada una de las escenas durante 5 minutos cada una.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

## G6 P16 – Consejos

---

Título de la píldora: <b>Consejos</b> Grupo de píldoras educativas: <b>G6 - Consejos</b>	
<b>Grupo objetivo</b>	Jóvenes de 14 a 30 años.
<b>Objetivo principal de estas píldoras</b>	Enseñar algunos consejos para tener en cuenta durante el proceso de formación.
<b>Títulos de los ejercicios</b>	Consejos
<b>Tiempo total</b>	10 minutos
<b>Plataforma Virtual</b>	Zoom

### Descripción del desarrollo de actividades

#### Ejercicio 1 – Título “Consejos” Tiempo: 10 minutos

##### Objetivos específicos

Enseñar algunos consejos para tener en cuenta durante el proceso de formación.

##### Desarrollo del ejercicio

*Esta actividad ira acompañada del PowerPoint creado como material de apoyo a la explicación.*

##### ? Proceso versus resultado

Nos enfocamos conscientemente en el PROCESO más que en el RESULTADO. Ese es otro elemento clave en el teatro social y el drama: no buscamos necesariamente un resultado o espectáculo performativo. El resultado que buscamos es el proceso que cada uno de los participantes realiza a lo largo de la experiencia: su propia experiencia de aprendizaje y transformación personal. Cualquier tipo de dificultad observada en la "perspectiva del proceso de aprendizaje" es correcta: todo ayuda a aprender.

##### ? Enfoque experiencial

El teatro es experiencia y "cómo vas a ofrecer este tipo de experiencia a alguien si nunca lo has vivido completamente de antemano". Durante la mayor parte de la capacitación hasta ahora, los participantes han sido solo esto: participantes. Solo al final tuvieron el tiempo para comenzar a conectar la experiencia vivida con su propia práctica. A lo largo del proceso, el grupo a menudo exige más "información y orientación" antes o durante la experiencia. Pero siendo nuestro enfoque experiencial, nosotros (facilitadores) mantenemos la incertidumbre





Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

del grupo para que los participantes tengan la experiencia completa y, más tarde, al final, discutan sobre el tema. En ese momento, hemos incluido algunos elementos de análisis que han ayudado a cada participante a lograr sus propios resultados de aprendizaje en relación con su práctica particular.

### ? **Marco de los cuidados**

En el teatro todo es posible, podemos experimentar todo tipo de situaciones de la vida, movimientos, relaciones, emociones, aventuras... Ese es el poder transformador del teatro. Hay un solo límite para todo esto: nadie puede ser lastimado, nada puede romperse. Incluso en las escenas más violentas nos cuidamos mutuamente. Cuando alguien o algo se dañan entonces, termina el teatro.

### ? **Nunca se abre lo que no puede ser contenido**

Cuán lejos te gustaría ir con un ejercicio, ya que depende de ti... Pero hay que tener en cuenta que la regla anterior se aplica a ti el/la primero/a (como responsable del grupo). Ten en cuenta que, como coordinador del grupo, estás trabajando con material sensible y el rol de coordinador tiene mucho poder y responsabilidad. En cualquier momento crítico, pregúntese: ¿Estoy empujando a este grupo (persona) a un lugar en donde no quieren estar, en donde algo que no puedo contener estará abierto? Tenlo en mente.

### ? **Demanda y necesidad**

Cómo leer el grupo. Entrar en un nuevo grupo para aprender cosas nuevas despierta algunas ansiedades (saludables) y es la tarea de los/as facilitadores/as del grupo observarlas y ayudar al grupo a procesarlas de manera adecuada. Estas ansiedades están conectadas con lo que el grupo exige de la coordinación y lo que realmente necesitan. Lo que los grupos demandan abiertamente no es todo el tiempo lo que necesitan. Los/as facilitadores/as tienen que leer la necesidad del grupo fuera de sus demandas explícitas. Debemos identificar la necesidad real que hay detrás, como la necesidad de conocernos unos a otros y obtener algo en común. Sabiendo esto, trabajamos activamente en esta necesidad, generando espacios para que las personas se conozcan y se conecten entre sí. Al mismo tiempo, para mantener la frustración en un nivel apropiado, incluimos algunos juegos cuando lo consideremos conveniente aunque previamente no se hayan puesto en la programación.

---

## **Propuesta de evaluación de este grupo de píldoras educativas**

---

### **Preguntas para la reflexión (para los participantes)**

- Expresa con tu cuerpo cómo te sientes después de la actuación.
  - Realizaremos un ejercicio para liberar toda esta tensión acumulada.
-



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

## G6 P17 – Consejos

---

Título de la píldora educativa: **Consejos**  
Grupo de píldoras educativas: **G6 - Consejos**

<b>Grupo objetivo</b>	Jóvenes de 14 a 30 años
<b>Objetivo principal de estas píldoras</b>	Enseñar consejos a tener en cuenta durante la realización de los ejercicios.
<b>Títulos de los ejercicios</b>	Consejos
<b>Tiempo total</b>	6 Minutos
<b>Plataforma Virtual</b>	Zoom

### Descripción del desarrollo de actividades

---

#### Ejercicio 1 – Título “Consejos”

**Tiempo: 6 Minutos**

---

#### Objetivos específicos

Enseñar a preparar los consejos para shows finales.

---

#### Desarrollo del ejercicio

Esta actividad ira acompañada del PowerPoint creado como material de apoyo a la explicación.

- Se recomienda realizar los talleres como mínimo entre dos educadores juveniles, de manera a responder todas las necesidades que demande el grupo.
- No ahondar en ciertos temas en la que no se encuentre suficientemente preparado para poder abordar. Esto es muy frecuente por tratarse de un tema bastante sensible.
- Hacer énfasis en el proceso de la experiencia, que a través de la experiencia uno puede aprender.
- Intentar manejar el grupo cuando se sale de tema o traen a colación temas imprevistos.
- Es muy importante que al inicio de los talleres se puedan determinar algunos acuerdos o normas para la convivencia. Esto ayuda a mantener el respeto y la comprensión mutua entre todos los participantes.



## G6 P18 – Consejos

---

<b>Título de la píldora educativa: “LET’S DO IT”</b> <b>Grupo de píldoras educativas G6 -“Enseñar consejos a tener en cuenta”</b>	
<b>Grupo objetivo</b>	Jóvenes de 14 a 30 años
<b>Objetivo principal de estas píldoras</b>	Enseñar consejos a tener en cuenta durante la realización de los ejercicios.
<b>Títulos de los ejercicios</b>	Let’s do it
<b>Tiempo total</b>	30 minutos
<b>Plataforma Virtual</b>	Sala zoom

---

### **Descripción del desarrollo de las actividades**

#### **Objetivos específicos**

Enseñar algunos consejos sobre cómo preparar los “shows finales” y a tener en cuenta durante los ejercicios.

#### **Introducción al ejercicio**

El facilitador explica que la experiencia debe ser el punto de partida para el aprendizaje, ya sea la experiencia de vida real de los participantes o una experiencia simulada en el contexto del grupo; Siempre vamos a mover lo que nosotros somos para nuestros procesos de aprendizaje. La experiencia también será el propósito del aprendizaje, en la medida en que se pretende que sea útil y práctica, con aplicabilidad concreta en los contextos futuros y las situaciones de la vida de los participantes.

Se pueden crear grupos de participantes, divididos en salas de zoom, para discutir cada uno de estos consejos.

Al final de la actividad, todos juntos, debaten por qué consideran importantes estos consejos para los facilitadores.



## Desarrollo del ejercicio

---

Cada grupo de participantes debe discutir los aspectos más relevantes de este proceso:

- **Participación de todos y responsabilidad conjunta**

El contexto del teatro de las personas oprimidas debe permitir a todos los participantes, sin excepción, participar libremente en las actividades, de acuerdo con sus características y motivaciones, y sentirse activamente integrados y corresponsables del proceso de aprendizaje.

- **Enfocado en los participantes**

Debe enfocarse en los participantes en dos niveles: (1) responder a las necesidades y expectativas individuales y colectivas expresadas por los participantes y (2) depender principalmente de las contribuciones de los participantes, siempre atrayendo su potencial reflexivo, crítico y creativo.

- **Estrategia de aprendizaje mutuo**

La estrategia adoptada debe permitir que todos aprendan y todos pueden contribuir al proceso de aprendizaje colectivo. Por lo tanto, la interactividad y la cooperación deben ser un recurso central dirigido principalmente a revelar la diversidad (de experiencias, valores, culturas, personalidades, conocimientos, habilidades, roles y tradiciones políticas) presentes en el grupo y extraer los resultados de aprendizaje de este. Hasta cierto punto, los conflictos dentro del grupo también deben tratarse como recursos de aprendizaje constructivo.

- **Desarrollo integrado de habilidades**

El contexto debe diseñarse con el objetivo de desarrollar competencias específicas, de manera integrada, combinando conocimientos, habilidades y actitudes. Es a través de esta síntesis, basada en un conjunto de valores compartidos, que se puede lograr la transformación personal y colectiva.

- **Transformación de la realidad**

El contexto debe estar profundamente relacionado con la realidad de los participantes. Esto significa (1) suponer que no hay "verdades definitivas", (2) promover un análisis crítico colectivo de la realidad que permita deconstruir ideas preconcebidas e imaginar alternativas, y (3) desarrollar las bases para la participación en acciones transformadoras: empoderamiento .

- **Ambiente de aprendizaje seguro**

En un enfoque donde las personas son el centro y los sujetos del proceso de aprendizaje, es esencial que se promueva un ambiente de aprendizaje seguro. Esto significa que los participantes pueden sentirse libres de expresar o no expresar sus ideas, experiencias y sentimientos abiertamente; a veces aprendiendo por ensayo y error, sin sentirse juzgados y sin poner en peligro su bienestar en el grupo o en la comunidad. La discusión es el punto central en el proceso de aprendizaje experiencial; Es el momento en el que el grupo de participantes pasa por las etapas de presentación de informes, reflexión y generalización del ciclo de aprendizaje experiencial. El rol del director es guiar al grupo por este camino, promoviendo el aprendizaje personal y la elaboración colectiva de conceptos, principios y estrategias que sean congruentes con los objetivos de la actividad y que puedan aplicarse a situaciones de la vida real.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

## G7 P19 Creación de píldoras sobre Bullying

Título de la píldora educativa: **Bullying ¿Tenemos alternativas?**  
Grupo de píldoras educativas: **G719 - Creación de píldoras**

<b>Grupo objetivo</b>	Jóvenes de 14 a 30 años
<b>Objetivo principal de estas píldoras</b>	<p>Se busca que las personas jóvenes produzcan sus propias píldoras educativas sobre el bullying.</p> <p>Se busca que las personas jóvenes aprendan a identificar problemáticas de bullying y plantear soluciones viables para dichos conflictos.</p> <p>Reforzar las técnicas de teatro aprendidas en las píldoras anteriores y ponerlas en prácticas en ésta.</p>
<b>Títulos de los ejercicios</b>	Bullying: ¿Tenemos alternativas?
<b>Tiempo total</b>	2 horas
<b>Logística y materiales</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>? Portátil / Proyector / Zoom / PowToon / Socrative</li><li>? Video de Bullying (<a href="https://bit.ly/2tBpgp6">https://bit.ly/2tBpgp6</a>)</li><li>? Cámara/Móvil (para grabar).</li><li>? Directrices para elaborar las píldoras</li></ul>

### Descripción del desarrollo de las actividades

#### Objetivos específicos

Esta actividad tiene como objetivo crear un breve video que pueda ser un testimonio de los riesgos y las consecuencias causadas por los acosadores en las víctimas o que actúe como un anuncio publicitario contra el acoso escolar. El objetivo es crear un producto que los trabajadores juveniles y los jóvenes puedan mostrar a sus iguales.

Se busca promover la conciencia del problema, desarrollar empatía y comprender las emociones del opresor/víctima.

Reflexionar sobre las responsabilidades de los observadores.



## Introducción al ejercicio

Se puede iniciar la píldora con un breve energizar para activar a las personas jóvenes para que puedan estar enfocadas durante el resto de la sesión (consultar píldoras de energizar). En este caso, se puede introducir la píldora de la siguiente manera: "Después de todo el proceso que hemos llevado a cabo en las 19 píldoras anteriores, y de todos los conocimientos que habéis adquirido, ahora es tiempo de que vosotras/os os convirtáis en creadores de vuestras propias píldoras sobre bullying".

---

## Desarrollo del ejercicio (presencial)

1. Reproducir el vídeo sobre bullying (para que la audiencia sepa qué se está buscando).
2. Al finalizar, repasar la historia con las personas jóvenes, identificando las situaciones de bullying que se han presentado y cuáles han sido las soluciones propuestas.
3. Se formarán dos grupos (se puede asignar un número, del 1 al 2, a cada participante). Lo anterior puede variar en función del número de participantes.

A cada grupo se le entregarán las directrices para la elaboración del cortometraje:

- ? Máximo 3 minutos
- ? La historia tiene que ser nueva
- ? Se tiene que utilizar al menos una de las técnicas de teatro aprendidas previamente.
- ? La historia tiene que tener, como mínimo, dos actos: presentación del problema de bullying y resolución (viable) a esta problemática.
- ? Todas las personas jóvenes tienen que desempeñar un papel durante la producción del cortometraje (v.g. actuando, grabando, editando).

4. Cada grupo tendrá 45 minutos para elaborar el guion de la idea y otros 30 minutos para grabarla (y editarla si fuera necesario).

5. Una vez terminadas, se proyectarán los cortometrajes para que ambos grupos puedan visualizar el resultado final.

6. Se abrirá un grupo de discusión para reflexionar sobre los cortos (¿han conseguido su propósito?, ¿se identifican claramente la problemática y su solución?).

---

## Formato Virtual (Zoom)

1. Se comparte pantalla/audio y se reproduce el vídeo sobre bullying elegido para identificar caso y solución.

2. Al finalizar, se repasa la historia con las personas jóvenes, identificando las situaciones de bullying que se han presentado y cuáles han sido las soluciones propuestas.

3. Se crearían dos salas en Zoom para formar dos grupos (ya sea de manera aleatoria a través de Zoom o asignando un número, del 1 al 2, a cada participante). El número de salas puede modificarse de acuerdo al número de participantes.

A cada grupo se le entregarán las directrices para la elaboración del cortometraje a través del chat de Zoom:



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

- ? Máximo 3 minutos.
- ? La historia tiene que ser nueva.
- ? Se tiene que utilizar al menos una de las técnicas de teatro aprendidas previamente.
- ? La historia tiene que tener, mínimo, dos actos: presentación del problema de bullying y resolución (viable) a esta problemática.
- ? Todas las personas jóvenes tienen que desempeñar un papel durante la producción del cortometraje (v.g. actuando, grabando, editando, creando fondos, gestionando las funciones de Zoom).

4. Cada grupo tendrá 60 minutos para elaborar el guion de la idea y otros 60 minutos para grabarla (y editarla si fuera necesario).

5. Una vez terminadas, los grupos volverán a la sala común y se proyectarán los cortometrajes para que ambos grupos puedan visualizar el resultado final.

6. Se abrirá un grupo de discusión para reflexionar sobre los cortos (¿han conseguido su propósito?, ¿se identifican claramente la problemática y su solución?). Se podrá utilizar la aplicación *Socrative* para compartir las preguntas y para que la persona que facilite/coordine la píldora pueda ir recopilando las respuestas y utilizarlas en esta sesión de reflexión.

### **Consideraciones / recomendaciones / consejos para adaptarlo a cada contexto**

- ? Las/os facilitadores deben hablar primero con las personas jóvenes para conocer sus antecedentes, necesidades y experiencias (a fin de poder adaptar la píldora educativa a cada persona).
- ? Es recomendable tener un espacio (dentro o fuera) donde se pueda grabar y que tenga buena luz (modalidad presencial).
- ? Para ambas modalidades se recomienda facilitar a las personas jóvenes diversas herramientas para hacer los cortos en remoto (*WhatsApp* para hacer audios, *WeTransfer* para transferir archivos, *Audacity* para editar audio, *AdobeSpark* para editar vídeos, *PowToon* para vídeos animados).
- ? Utilizar un lenguaje que sea sencillo e inclusivo.
- ? Comprobar que se han entendido las directrices para producir el cortometraje.
- ? Se recomienda que haya dos facilitadoras/es para supervisar el trabajo de los dos grupos (tanto en modalidad presencial como en la virtual).

En la siguiente carpeta se encuentran más vídeos que pueden ser utilizados durante la realización de esta píldora (<http://bit.ly/2y9EYqg>).



## Propuesta de evaluación de este grupo de píldoras educativas

---

### **Preguntas para el resumen y la reflexión (para los participantes)**

Al final de las actuaciones preguntaremos a los/as actores/as cómo se sintieron cuando "asumieron el papel" de la víctima o el de los observadores.

- ¿Cómo te sentís?
- ¿Cómo te sentirías si realmente te pasara?

El debate también puede ser guiado por las siguientes preguntas.

- ¿Cómo fue el proceso de creación de una píldora educativa?
- ¿Cómo te sientes cuando eres intimidado?
- ¿Cómo te sientes cuando eres el/la acosadora?
- ¿Cuáles son las consecuencias para un niño/a que ha sido intimidada?
- ¿Cuáles son las consecuencias para un niño/a que es el/la acusadora?
- ¿Cuál es la solución más efectiva? ¿Por qué?
- ¿Qué debe hacer un niño si es intimidado?
- ¿Qué debe hacer un niño si es el/la acusadora?

En profundidad: reflexionar sobre el papel de los observadores:

- ¿Cómo te sientes cuando ves a un compañero siendo intimidado?
- ¿Cómo te comportas? ¿Por qué?
- ¿Puede su comportamiento mejorar o empeorar la situación de la víctima?
- ¿Qué puedes hacer para ayudar a la víctima?

---

### **Indicadores / observaciones**

Variante: Repita la misma actividad asignando a cada uno un rol diferente del interpretado previamente, de modo que cada persona tenga la oportunidad de experimentar como víctima, acosador y observador de vez en cuando.

Todos los resultados de esta actividad en la creación de una píldora educativa permiten a los trabajadores juveniles y a los jóvenes comprender el proceso y compartir su propio trabajo con sus iguales, amigos, familiares y otras instituciones.

Además, para las posteriores ediciones se pueden utilizar los cortos elaborados por las personas jóvenes como ejemplos de buenas prácticas durante el inicio de esta sesión (quitando o complementando el vídeo de piedra, papel, tijera).





## G7 P20 Creación de píldoras

Título de la píldora educativa: **Ciberbullying ¿Tenemos alternativas?**

Grupo de píldoras educativas: **G7 - Creación de píldoras**

<b>Grupo objetivo</b>	Jóvenes de 14 a 30 años
<b>Objetivo principal de estas píldoras</b>	Se busca que las personas jóvenes produzcan sus propias píldoras educativas sobre el ciberbullying. A través de: <ul style="list-style-type: none"><li>- Identificar problemáticas del ciberbullying</li><li>- Plantear soluciones viables para dichos conflictos.</li><li>- Reforzar las técnicas de teatro aprendidas en las píldoras anteriores y ponerlas en prácticas en ésta.</li></ul>
<b>Títulos de los ejercicios</b>	Ciberbullying: ¿Tenemos alternativas?
<b>Tiempo total</b>	2 horas (presencial) / 3 horas (virtual)
<b>Logística y materiales</b>	Portátil / Proyector / Zoom / PowToon / Socrative Vídeo de Ciberbullying ( <a href="http://bit.ly/2OdZvoh">http://bit.ly/2OdZvoh</a> ). Cámara/Móvil (para grabar). Directrices para elaborar las píldoras.

### Descripción del desarrollo de actividades

#### Objetivos específicos

Esta actividad tiene como objetivo crear un video breve que pueda ser un testimonio de los riesgos y las consecuencias causadas por los acosadores en las víctimas o que actúe como un anuncio publicitario contra el ciberbullying. El objetivo es crear un producto que los trabajadores juveniles y los jóvenes puedan mostrar a sus iguales.

Se busca promover la conciencia del problema, desarrollar empatía y comprender las emociones del opresor/víctima.

Reflexionar sobre las responsabilidades de los observadores.



## Introducción al ejercicio

Se puede iniciar la píldora con un breve *energizar* para activar a las personas jóvenes para que puedan estar enfocadas durante el resto de la sesión (consultar píldoras de *energizar*). En este caso, se puede introducir la píldora de la siguiente manera: "Después de todo el proceso que hemos llevado a cabo en las 19 píldoras anteriores, y de todos los conocimientos que habéis adquirido en todo este proceso, ahora es tiempo de que vosotras/os hagáis vuestras propias píldoras sobre ciberbullying".

---

## Desarrollo del ejercicio (presencial)

1. Reproducir el vídeo sobre ciberbullying (para que la audiencia sepa qué se busca).
2. Al finalizar, repasar la historia con las personas jóvenes, identificando las situaciones de ciberbullying que se han presentado y cuáles han sido las soluciones propuestas.
3. Se formarán dos grupos (se puede asignar un número, del 1 al 2, a cada participante). Lo anterior puede variar en función del número de participantes.

A cada grupo se le entregarán las directrices para la elaboración del cortometraje:

- ? El vídeo debe durar un máximo de 3 minutos
- ? La historia tiene que ser nueva
- ? Se tiene que utilizar alguna técnica de teatro de las aprendidas previamente.
- ? La historia tiene que tener, al menos, dos escenas: presentación del problema de ciberbullying y resolución (viable) a esta problemática.
- ? Todas las personas jóvenes tienen que desempeñar un papel durante la producción del cortometraje (v.g. actuando, grabando, editando).

4. Cada grupo tendrá 45 minutos para elaborar el guion de la idea y otros 30 minutos para grabarla (y editarla si fuera necesario).
5. Una vez terminadas, se proyectarán los cortometrajes para que ambos grupos puedan visualizar el resultado final.
6. Se abrirá un grupo de discusión para reflexionar sobre los cortos (¿han conseguido su propósito?, ¿se identifican claramente la problemática y su solución?).

## Formato Virtual (Zoom)

1. Se comparte pantalla/audio y se reproduce el vídeo elegido sobre ciberbullying para identificar caso y solución.
2. Al finalizar, se repasa la historia con las personas jóvenes, identificando las situaciones de ciberbullying que se han presentado y cuáles han sido las soluciones propuestas.
3. Se crearían dos salas en Zoom para formar dos grupos (ya sea de manera aleatoria a través de Zoom o asignando un número, del 1 al 2, a cada participante). El número de salas puede modificarse de acuerdo al número de participantes.

A cada grupo se le entregarán las directrices para la elaboración del cortometraje a través del chat de Zoom:



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

- ? El vídeo debe durar un máximo de 3 minutos
- ? La historia tiene que ser nueva.
- ? Se tiene que utilizar alguna técnica de teatro de las aprendidas previamente.
- ? La historia tiene que tener, al menos, dos escenas: presentación del problema de bullying y resolución (viable) a esta problemática.
- ? Todas las personas jóvenes tienen que desempeñar un papel durante la producción del cortometraje (v.g. actuando, grabando, editando, creando fondos, gestionando las funciones de Zoom).

4. Cada grupo tendrá 60 minutos para elaborar el guion de la idea y otros 60 minutos para grabarla (y editarla si fuera necesario). Se puede utilizar *PowToon* si se quiere crear un cortometraje animado.

5. Una vez terminados, los grupos volverán a la sala común y se proyectarán los cortometrajes para que ambos grupos puedan visualizar el resultado final.

6. Se abrirá un grupo de discusión para reflexionar sobre los cortos (¿han conseguido su propósito?, ¿se identifican claramente la problemática y su solución?). Se podrá utilizar *Socratic* para lanzar las preguntas y que la persona que facilite esta píldora pueda ir recopilando las respuestas y utilizarlas en esta sesión de reflexión.

---

### **Consideraciones / recomendaciones / consejos para adaptarlo a cada contexto.**

---

Para que este proceso no sea igual a la píldora 19, se recomienda cambiar los grupos. No obstante, la/el facilitador puede mantener los mismos grupos si lo considera necesario.

Las/os facilitadores deben hablar primero con las personas jóvenes para conocer sus antecedentes, necesidades y experiencias (a fin de poder adaptar la píldora educativa a las características generales del grupo).

Es recomendable tener un espacio (dentro o fuera) donde se pueda grabar con buena luz. Para ambas modalidades se recomienda facilitar a las personas jóvenes diversas herramientas para hacer los cortos en remoto (*WhatsApp* para hacer audios, *WeTransfer* para intercambiar archivos, *Audacity* para editar audio, *AdobeSpark* para editar vídeos, *PowToon* para vídeos animados).

Utilizar un lenguaje que sea sencillo e inclusivo.

Comprobar que se han entendido las directrices para producir el cortometraje.

Se recomienda que haya dos facilitadoras/es para supervisar el trabajo de los dos grupos.

En la siguiente carpeta encontrarán más vídeos que pueden ser utilizados (<http://bit.ly/2y9EYqg>).



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

## Propuesta de evaluación de este grupo de píldoras educativas

---

### Preguntas para la reunión informativa y la reflexión (para los participantes)

Al final de las actuaciones preguntaremos a los/as actores/as cómo se sintieron al representar el papel de víctimas u observadores".

- ¿Cómo me sentí?
- ¿Cómo me sentiría si realmente me pasara?

El debate también puede ser guiado por las siguientes preguntas.

- ¿Cómo te sentirías si fueras víctima del ciberbullying?
- ¿Cuáles son las consecuencias para un niño que sufre de ciberbullying?
- ¿Cuál es la solución más efectiva? ¿Por qué?
- ¿Qué debe hacer un niño si se siente intimidado o es víctima de ciberbullying?
- ¿Cómo fue el proceso de creación de una píldora educativa?

En profundidad: reflexionar sobre el papel de los observadores:

- ¿Cómo te sientes cuando sabes que un compañero sufre de ciberbullying?
- ¿Cómo te comportas? ¿Por qué?
- ¿Puede tu comportamiento mejorar o empeorar la situación de la víctima?
- ¿Qué puedes hacer para ayudar a la víctima?"

---

### Indicadores / observaciones

Variante: Repita la misma actividad asignando a cada uno un rol diferente del interpretado previamente, de modo que cada persona tenga la oportunidad de experimentar como víctima, acosador y observador de vez en cuando.

Todos los resultados de esta actividad en la creación de una píldora educativa permiten a los trabajadores juveniles y a los jóvenes comprender el proceso, y compartir su propio trabajo con sus iguales, amigos, familiares y otras instituciones.

Además, para las posteriores ediciones se pueden utilizar los cortos elaborados por las personas jóvenes como ejemplos de buenas prácticas durante el inicio de esta sesión (quitando o complementando el vídeo de piedra, papel, tijera).



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

## G7 P21 Creación Píldoras

Título de la píldora educativa: **Teatro Foro: Afrontando el Bullying y el Ciberbullying**

Grupo de píldoras educativas: **Creación Píldoras**

<b>Grupo objetivo</b>	Jóvenes de 14 a 30 años
<b>Objetivo principal de estas píldoras</b>	Se persigue que las personas jóvenes aprendan la técnica del Teatro Foro como un valioso recurso para afrontar el bullying y el ciberbullying. Se busca que las personas jóvenes consoliden los aprendizajes adquiridos en las fases previas, en especial el poder identificar problemáticas de bullying y/o ciberbullying, y plantear soluciones viables para dichos conflictos en tiempo real.
<b>Títulos de los ejercicios</b>	Teatro Foro: Afrontando el Bullying y el Ciberbullying
<b>Tiempo total</b>	3 horas
<b>Logística y materiales</b>	Las historias utilizadas en el Teatro Periodístico. Escenario para representar las escenas del Teatro Foro. Zoom para la modalidad virtual.

### Descripción del desarrollo de las actividades

#### Objetivos específicos

Representar una situación real en la que esté clara la dinámica entre Acción y Reacción en la que la audiencia ve la opresión.

Fomentar la participación de las personas jóvenes ante situaciones de bullying y ciberbullying.

Fomentar la empatía y el pensamiento crítico, identificando qué es bullying y qué es ciberbullying, y sobre cómo podrían intervenir en una situación similar

#### Introducción al ejercicio

Se puede iniciar la píldora con un breve *energizar* para activar a las personas jóvenes para que puedan estar enfocadas durante el resto de la sesión (consultar píldoras de *energizar*). En este caso, se inicia la sesión explicando qué es el Teatro Foro: "En el teatro foro se expone un problema que afecta a una comunidad. Este problema toma forma de guion, y después de obra de teatro de manos de un grupo de actores. Se expone el conflicto en una representación, dando a los espectadores la oportunidad de transformarse en espectadores-actores. De esta manera, nos permite simular la solución que tenemos en mente y experimentar si representa una alternativa concreta al cambio".



1. Esta píldora es la realización final del trabajo realizado en las sesiones previas; en especial de todo el aprendizaje de diversas técnicas de teatro. Por esta razón utilizaremos las noticias de la Píldora 12: Teatro periodístico, y haremos una representación de éstas.
2. Las personas jóvenes volverán con el grupo con el que trabajaron el teatro periodístico y desarrollarán un diálogo para cada uno de sus casos.
3. Dentro de ese diálogo, es importante trabajar en las personas y profundizar en las causas; en por qué creemos que actúa así, y en qué sentimientos genera. Esto permitirá que el debate sea más enriquecedor.
4. Cuando cada grupo tenga su "obra", la/el facilitador explicará la dinámica del Teatro Foro. Es decir. Cuando se inicia la representación, la audiencia pasa a ser especta-actor, pudiendo intervenir cuando quieran. Para poder intervenir hay tres técnicas:
  - ? La primera es STOP. Cuando alguien encuentra una solución a una de las escenas, grita stop y la obra se detiene. La persona que lo dijo levanta la mano y señala a qué personaje quiere interpretar. Se hace el cambio y la nueva actriz/actor pone en marcha su solución.
  - ? La segunda es MONÓLOGO INTERIOR. La audiencia o la facilitadora puede parar la escena y poner la mano en el hombro de una de las actrices/actores. Al hacerlo, inmediatamente la persona que ha sido tocada tiene que empezar a exteriorizar con palabras lo que su personaje está pensando/sintiendo en ese momento.
  - ? La tercera es PREGUNTA. La/el facilitador detendrá la obra y se dirigirá a la audiencia: ¿Hay alguna pregunta que queráis hacer a los personajes?
5. Después de la explicación anterior, se iniciará la representación de todas las obras.
6. Cuando los especta-actores intervengan en las representaciones y hayan ejecutado su acción (especialmente en la técnica STOP), el/la facilitadora detendrá la escena y preguntará:
  - ? ¿Ha cambiado algo la situación?
  - ? ¿Qué habéis visto ahora?
7. Cuando se hayan representado todas las obras, se tendrá un *feedback* general de todo el proceso (¿Qué ha ido bien?, ¿cómo se han sentido?, ¿qué les ha parecido la experiencia?, ¿se han visto reflejados?, ¿hubieran actuado de esa manera?).

---

### **Desarrollo del ejercicio formato Virtual (Zoom)**

1. Esta píldora es la realización final del trabajo realizado en las sesiones previas; en especial de todo el aprendizaje de diversas técnicas de teatro. Por esta razón utilizaremos las noticias de la Píldora 12: Teatro periodístico, y haremos una representación de éstas.
2. Las personas jóvenes volverán con el grupo con el que trabajaron el teatro periodístico y desarrollarán un diálogo para cada uno de sus casos. Para hacer esto, se crearán salas de Zoom para que cada grupo pueda trabajar libremente.



3. Dentro de ese diálogo, es importante trabajar en las personas y profundizar en por qué creemos que actúa así, y en qué sentimientos le genera. Esto permitirá que el debate sea más enriquecedor.

4. Cuando cada grupo tenga su "obra", se volverá a la conversación general y la/el facilitador explicará la dinámica del Teatro Foro. Es decir. Cuando se inicia la representación, la audiencia pasa a ser especta-actor, pudiendo intervenir cuando quieran (ya sea en voz o utilizando los emoticones de reacciones de Zoom). Para poder intervenir hay tres técnicas:

- ? La primera es STOP. Cuando alguien encuentra una solución a una de las escenas, grita stop y la obra se detiene. La persona que lo dijo levanta la mano y señala a qué personaje quiere interpretar. Se hace el cambio y la nueva actriz/actor pone en marcha su solución.
- ? La segunda es MONÓLOGO INTERIOR. El facilitador/la facilitadora puede parar la escena y decir el nombre de una de las actrices/actores. Al hacerlo, inmediatamente, la persona que ha sido nombrada tiene que empezar a exteriorizar con palabras lo que su personaje está pensando/sintiendo en ese momento.
- ? La tercera es PREGUNTA. La/el facilitador detendrá la obra y se dirigirá a la audiencia: ¿Hay alguna pregunta que queráis hacer a los personajes?

5. Después de la explicación anterior, se iniciará la representación de todas las obras. Se pedirá a todas las personas que su visualización de la pantalla en Zoom sea en modo galería para poder tener una perspectiva completa.

6. Cuando los especta-actores intervengan en las representaciones y hayan ejecutado su acción (especialmente en la técnica STOP), el/la facilitadora detendrá la escena y preguntará:

- ? ¿Ha cambiado algo la situación?
- ? ¿Qué habéis visto ahora?

7. Cuando se hayan representado todas las obras, se tendrá un feedback general de todo el proceso (¿qué ha ido bien?, ¿cómo se han sentido?, ¿qué les ha parecido la experiencia?, ¿se han visto reflejados?, ¿hubieran actuado de esa manera?).

---

### **Consideraciones / recomendaciones / consejos para adaptarlo a cada contexto.**

---

Es importante volver a recopilar las noticias trabajadas en la Píldora 12: Teatro periodístico. Para profundizar en los personajes, las personas jóvenes pueden buscar más información sobre la noticia en internet (para que sea lo más real posible).

Las/os facilitadores deben hablar primero con las personas jóvenes para conocer sus antecedentes, necesidades y experiencias (a fin de poder adaptar las obras y el Teatro Foro a las características generales del grupo).



Para la modalidad virtual, se pueden crear fondos de Zoom para respetar los escenarios de las obras. Además, es importante tener dos personas ejerciendo el rol de facilitadores, una para gestionar Zoom y otra para coordinar la obra.

Utilizar un lenguaje que sea sencillo e inclusivo.

Comprobar que se han entendido las instrucciones para llevar a cabo el Teatro Foro.

Es recomendable que las/os facilitadores tengan cierta experiencia en Teatro Foro para poder llevar el proceso a buen puerto (especialmente si hay que detener la obra, o para darse cuenta de si alguien tiene sentimientos encontrados, saber abrir un espacio de pausa y saber cuándo poder continuar).

---

## **Propuesta de evaluación de este grupo de píldoras educativas**

---

### **Preguntas para la reflexión y las conclusiones (para los participantes)**

#### **SOBRE EL TEATRO FORO:**

- ¿Qué te ha parecido la técnica del Teatro Foro en esta actividad?
  - ¿Qué has aprendido de esta actividad?
  - ¿Cómo te sentiste cuando fuiste actor? (en todos tus papeles respectivos)?
  - ¿Cómo te sentiste cuándo fuiste especta-actor?
- ¿Cuál crees que puede ser la manera de limitar el bullying y ciberbullying en una comunidad?
- ¿Qué acciones recomendarías para prevenir o evitar situaciones de bullying o ciberbullying?
  - ¿Qué estrategias recomendarías a una persona que está siendo intimidada para pedir ayuda?
  - ¿Hay formas de intervenir correctamente a favor de los oprimidos? ¿Cuáles creen que son?

#### **SOBRE TODAS LAS PÍLDORAS:**

Después de haber realizado las distintas actividades de las píldoras, y haber experimentado diversas situaciones relacionadas con el bullying y el ciberbullying, ¿cómo os sentís en este momento?

¿Creéis que habéis aprendido sobre bullying, ciberbullying y el teatro de los oprimidos?

¿Recomendarías que más personas jóvenes vivieran esta experiencia?

Algún comentario final...

---

### **Indicadores / observaciones**

Si se ha decidido aplicar la evaluación antes-después, únicamente para el proceso general de las píldoras, es importante dejar un momento al final para que las personas jóvenes contesten el cuestionario final y así poder contar con su autoevaluación para medir el impacto del programa.





Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

## **9.2. Cuestionario de evaluación Antes-Después**



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

## CUESTIONARIO INICIAL

---

Género:

Edad:

**INSTRUCCIONES:** Valora las siguientes afirmaciones, siendo '0' 'muy o totalmente en desacuerdo' y '4' 'muy o totalmente de acuerdo'. Recuerda que no hay respuestas correctas o incorrectas y que el formulario es anónimo.

1	Me siento ciudadano iberoamericano	0	1	2	3	4
2	He presenciado alguna situación de bullying en mi entorno	0	1	2	3	4
3	He presenciado alguna situación de ciberbullying en mi entorno	0	1	2	3	4
4	Conozco las características de los entornos que pueden favorecer la aparición del bullying o el ciberbullying	0	1	2	3	4
5	Sabría actuar ante una situación de bullying	0	1	2	3	4
6	Sabría actuar ante una situación de ciberbullying	0	1	2	3	4
7	He sufrido bullying	0	1	2	3	4
8	He sufrido ciberbullying	0	1	2	3	4
9	En mi experiencia como trabajador, líder o voluntario juvenil he trabajado en la prevención del bullying y el ciberbullying	0	1	2	3	4
10	Conozco gente que ha sufrido bullying o ciberbullying	0	1	2	3	4
11	Si preguntase a mi entorno sobre el bullying o el ciberbullying, creo que les resultaría familiar	0	1	2	3	4
12	Tengo muchos conocimientos sobre bullying	0	1	2	3	4
13	Tengo muchos conocimientos sobre ciberbullying	0	1	2	3	4
14	He hecho teatro alguna vez	0	1	2	3	4
15	Conozco la metodología del Teatro del Oprimido	0	1	2	3	4



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

16	Creo que el Teatro del Oprimido puede ayudar a luchar contra el bullying o el ciberbullying	0	1	2	3	4
17	Creo que las píldoras educativas pueden concienciar y sensibilizar sobre el bullying o el ciberbullying	0	1	2	3	4
18	Creo que el Teatro del Oprimido te puede ayudar a entender y a ponerte en el lugar de las personas que sufren bullying o ciberbullying	0	1	2	3	4
19	Considero que se puede desarrollar teatro a través de plataformas digitales					
20	Creo que las píldoras educativas te pueden ayudar a entender y a ponerte en el lugar de las personas que sufre bullying o ciberbullying	0	1	2	3	4
21	Tengo un alto nivel de expectativas con respecto a los talleres SIEP	0	1	2	3	4

***¡MUCHAS GRACIAS POR TU PARTICIPACIÓN!***



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

## CUESTIONARIO FINAL:

---

Género:

Edad:

**INSTRUCCIONES:** Este cuestionario nos permitirá conocer tus impresiones finales sobre el bullying, el ciberbullying, el teatro del oprimido y las píldoras educativas. El objetivo es descubrir si estos talleres han sido realmente efectivos y han empoderado a las personas jóvenes. Responde a las siguientes preguntas, siendo '0' 'muy o totalmente en desacuerdo' y '4' 'muy o totalmente de acuerdo'. Responde con sinceridad. No hay respuestas correctas o incorrectas.

1	Me siento ciudadano iberoamericano	0	1	2	3	4
2	Después de esta formación, soy consciente de haber sufrido bullying o ciberbullying en algún momento	0	1	2	3	4
3	Después de esta formación, soy consciente de haber presenciado alguna situación de bullying o ciberbullying en algún momento	0	1	2	3	4
4	Después de esta formación, conozco las características de los entornos que pueden favorecer la aparición del bullying o el ciberbullying	0	1	2	3	4
5	¿Creo que ahora cuentas con los recursos - herramientas para actuar ante una situación de bullying o ciberbullying?	0	1	2	3	4
6	Estos talleres me han aportado un punto de vista nuevo respecto al bullying y al ciberbullying	0	1	2	3	4
7	Después de esta formación conozco la metodología del Teatro del Oprimido	0	1	2	3	4
8	Me ha resultado útil este acercamiento a la metodología del Teatro del Oprimido	0	1	2	3	4
9	Después de esta formación creo que el Teatro del Oprimido puede ayudar a luchar contra el bullying o el ciberbullying	0	1	2	3	4



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

10	Me han resultado útiles las píldoras educativas	0	1	2	3	4
11	Después de esta formación creo que las píldoras educativas pueden concienciar y sensibilizar sobre el bullying o el ciberbullying	0	1	2	3	4
12	El Teatro del Oprimido me ha ayudado a ponerme en el lugar de las personas que sufren bullying o ciberbullying	0	1	2	3	4
13	Después de esta formación considero que se puede desarrollar teatro a través de plataformas electrónicas					
14	Las píldoras educativas me han ayudado a ponerme en el lugar de las personas que sufren bullying o ciberbullying	0	1	2	3	4
15	Creo que la duración de estos talleres ha sido la adecuada	0	1	2	3	4
16	Creo que ha habido un buen ambiente grupal	0	1	2	3	4
17	Me he sentido bien participando en los talleres	0	1	2	3	4
18	Creo que el desarrollo de la formación ha sido óptimo	0	1	2	3	4
19	Se han cumplido mis expectativas con respecto a los talleres SIEP	0	1	2	3	4
20	Ha sido correcto el desempeño del formador					

21. ¿Qué es lo que más te ha gustado de los talleres?

22. ¿Qué es lo que menos te ha gustado de los talleres?

23. ¿Cómo mejorarías los talleres?



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

## 9.3. Quiz Socrative



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

### Quiz para la píldora 3 (al inicio):

1.- ¿Qué países participan en este proyecto?

- España, Italia, Paraguay y Portugal.
- España, Paraguay, Uruguay y República Dominicana.
- **España, Portugal, Paraguay y República Dominicana.**
- Ninguna de las anteriores es correcta.

2.- ¿Cuál de las siguientes afirmaciones es correcta?

- Una de cada diez personas jóvenes ha estado expuesta al ciberbullying al menos una vez en su vida.
- El teatro del oprimido es una metodología que no tiene en cuenta experiencias personales y colectivas de las participantes.
- **El ciberbullying es el uso de tecnologías electrónicas para intimidar o acosar a otra persona a través del internet.**

3.- ¿El Teatro del Oprimido es un movimiento teatral originado por Augusto Boal en Brasil a lo largo de los años 70?

- **Verdadero.**
- Falso.

4.- ¿Cuál es el eje central del Teatro del Oprimido?

- **Teatro Foro.**
- Teatro Periodístico.
- Teatro Legislativo.
- Teatro Invisible.
- Ninguna opción es correcta.

5.- El teatro periodístico:

- Implica un proceso participativo que se articula a partir de diversas representaciones de Teatro-Foro, y de la posterior sistematización de las propuestas ensayadas, para ser presentadas como propuesta legislativa.
- Se trata de una serie de ejercicios para fotografiar las experiencias vividas o imaginadas.
- **Es una técnica muy potente para conectar las opresiones personales y del grupo con la actualidad mediática, y viceversa, a partir de las noticias de prensa, por ejemplo, para conectar con la realidad del colectivo y sus reivindicaciones.**
- Es una técnica para llegar a población que no vendrá voluntariamente a un espacio de debate o reflexión estética.
- Todas las anteriores son correctas.

6.- El teatro invisible:

- Es una técnica para llegar a población que no vendrá voluntariamente a un espacio de debate o reflexión estética.
- Obliga a una buena preparación de los argumentos y la representación de varios discursos en un contexto de cotidianidad, sin que se sepa que se trata de una acción preparada.
- El objetivo no es más que encender el debate público sobre una temática o situación específica.
- **Todas las anteriores son correctas.**
- Ninguna de las anteriores es correcta.

### Quiz para la píldora 16 (al inicio):

1.- El proceso es más importante que el resultado:

- **Verdadero.**
- Falso.

2.- Todo ayuda a aprender:

- **Verdadero.**
- Falso.

3.- El teatro no tiene que ver con la experiencia:

- Verdadero.
- **Falso.**

4.- Aprender cosas nuevas despierta un tipo de ansiedad nociva que debemos saber gestionar:

- Verdadero.
- **Falso.**

5.- Es importante incluir dinámicas más distendidas para mantener la frustración en el nivel adecuado:

- **Verdadero.**
- Falso.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

### Quiz para la píldora 18 (al final):

1.- El contexto del teatro de las personas oprimidos debe permitir a todos los participantes, sin excepción, participar libremente en las actividades, de acuerdo con sus características y motivaciones, y sentirse activamente integrados y corresponsables del proceso de aprendizaje.

- **Verdadero.**
- Falso.

2.- El teatro del oprimido debe:

- Responder a las necesidades y expectativas individuales y colectivas expresadas por los participantes.
- Depender principalmente de las contribuciones de los participantes, siempre atrayendo su potencial reflexivo, crítico y creativo.
- **Las dos anteriores son correctas.**
- Ninguna de las anteriores es correcta.

3.- La interactividad y la cooperación deben ser secundarias:

- Verdadero.
- **Falso.**

4.- Para lograr la transformación personal y colectiva se deben desarrollar competencias específicas y basarse en valores compartidos:

- **Verdadero.**
- Falso.

5.- Para transformar la realidad se debe:

- Suponer que hay verdades definitivas.
- Promover un análisis crítico colectivo de la realidad que no permita deconstruir ideas preconcebidas e imaginar alternativas.
- **Desarrollar las bases para la participación en acciones transformadoras.**
- Todas las anteriores son correctas.
- Ninguna de las anteriores es correcta.

6.- Las personas son el centro del proceso de aprendizaje:

- **Verdadero.**
- Falso.

7.- Las ideas, sentimientos y experiencias de los participantes deben ser juzgadas:

- Verdadero.
- **Falso.**





