

Poner fin al acoso escolar aprendiendo empatía en actividades con perros

El programa 'Emociones con Patas', un proyecto iniciado en 2021 por la Cátedra Animales y Sociedad de la URJC de Madrid, trata de luchar contra el acoso en las aulas con el objetivo de formar en empatía a los menores.



El acoso escolar es un problema que, en la actualidad, arroja cifras alarmantes. Según estudios recientes, el 9,53% del alumnado de Primaria afirma haber sufrido acoso y un 9,2% de ellos ciberacoso, frente al 4,58% que señala haber acosado alguna vez a un compañero. En este sentido, con la prevención de este problema tan acuciante como objetivo principal, se puso en marcha la 3ª edición del proyecto *'Emociones con patas'*, el primer programa de Intervenciones Asistidas con Animales (IAA) diseñado específicamente para trabajar la empatía y las emociones como parte del currículum académico de los alumnos.

Esta iniciativa ha sido puesta en marcha por la Cátedra Animales y Sociedad de la Universidad Rey Juan Carlos, de Madrid (URJC), junto a CITA Terapias y Animales, Psicopedagogía emocional y ModernFamily. El proyecto ha formado parte del currículum académico de los alumnos de 5º de Primaria del Colegio Amanecer de Alcorcón (Madrid) y se ha enfocado, como señalábamos, en la prevención del acoso escolar.

"Formar en empatía a los menores es una estrategia de futuro para convertirlos en ciudadanos con herramientas pacíficas de resolución de conflictos. La infancia es un periodo ideal para trabajar a través de los animales no humanos, y la generación de empatía hacia todos los seres vivos por la biofilia es la puerta de entrada", comenta **Nuria Máximo Bocanegra**, directora de la Cátedra Institucional de Investigación Animales y Sociedad de la URJC. Y apostilla: *"Es necesario aprender que, sin tener en cuenta la edad, el aspecto físico o la forma de ser, todos somos seres merecedores de respeto"*. Así, entre los principales objetivos del programa, que se desarrolló entre los meses de enero y abril en el madrileño Colegio Amanecer de Alcorcón, con la participación de un total de 51 alumnos, destaca la convivencia responsable con los animales, la gestión de los límites personales o la aplicación de técnicas de *mindfulness*.

Desde su implantación en el año 2021, el proyecto *'Emociones con Patas'* ha trabajado con un total de 237 menores, 12 profesores, 10 profesionales y cerca de 30 animales. Un tándem humano-animal que ha contado con un equipo de diferentes expertos en psicopedagogía y psicología, terapeutas ocupacionales, educadoras caninas y guías de IAAs.

Por su parte, los animales previamente adoptados, después de sufrir y superar la situación de maltrato y abandono, han sido entrenados y seleccionados para tal fin. La labor se ha desarrollado a lo largo de 54 sesiones que han perseguido, desde su primera edición, promover los beneficios de la formación en empatía hacia los animales.

Un trabajo que conlleva muchas alegrías, pero ¿cómo surge la idea de poner en marcha el primer proyecto? *"Esta iniciativa surge como un proyecto educativo para llevar la empatía hacia los animales a las aulas como contenido curricular, es decir, está dirigido a todos los estudiantes dentro de un curso escolar. Una vez aprobada la*

inclusión de la empatía hacia los animales en todos los niveles educativos de enseñanza obligatoria, este tipo de proyectos deberían ser imprescindibles", matiza.

Incentivar habilidades

A lo largo de sus distintas ediciones, este proyecto ha servido para poner encima de la mesa aspectos relacionados con la concienciación sobre la violencia o la gestión de los límites personales. De ahí que queramos preguntar a su máxima responsable por qué se han tratado estos temas y acerca de la importancia que tiene el conocimiento de estos aspectos en el menor. *"Los menores pasan gran parte de sus vidas en el colegio, y deben aprender, además de conocimientos y competencias matemáticas, lingüísticas etc., a relacionarse con los demás y a gestionar esas relaciones. Vivimos en sociedad y los conflictos son inherentes a esas relaciones, pero aprender a gestionar los intereses propios y los ajenos, la frustración en las relaciones y el uso de estrategias pacíficas cuando surgen los conflictos, son aspectos que deben trabajarse en el entorno escolar"*, destaca Máximo

La 3ª edición del programa 'Emociones con patas' ha tratado, entre otros conceptos, el acoso escolar

Bocanegra. Por eso, hacerlo gracias a los animales no humanos es un aspecto muy motivador para los niños, a la vez que permite abrir espacios de confianza y complicidad que después, el profesor o profesora, *"podrá utilizar para cohesionar el grupo y generar ciudadanos empáticos y con mayor asertividad"*.

La tercera edición del programa *'Emociones con patas'* se ha desarrollado en dos centros educativos: Colegios Rurales Agrupados de Torremocha del Jarama, y el Colegio Amanecer, si bien en este curso escolar se va a desarrollar en otros dos colegios, ambos de Madrid. La idea es seguir trabajando y profundizando en estos conceptos, así como la puesta en marcha de otros módulos que traten, por ejemplo, sobre la convivencia responsable con animales, dando a conocer sus necesidades para brindarles un mejor cuidado, y sobre el bienestar animal en perros senior, explicando las atenciones y el respeto que merecen con el fin de intentar reducir posibles conductas de abandono. *"También estamos aportando herramientas de inteligencia emocional que han permitido desarrollar competencias socioemocionales entre los estudiantes, fomentando el respeto e incentivando sus habilidades relacionales con el acompañamiento de los animales. Así como a través de la aplicación de técnicas de 'mindfulness', que pretenden que los menores alcancen un estado de consciencia y calma que les ayude a conocerse mejor, autorregular su conducta y ser más conscientes del momento presente"*, concluye la directora de la Cátedra Institucional.

La participación, tanto del alumnado como de los docentes, ha permitido conseguir algunos de los principales objetivos sobre los que se ha erigido este programa. Entre ellos, la con-



respecto a través de proyectos como el que nos ocupa, se ha vuelto fundamental para mantener una buena convivencia escolar, lo que a su vez repercutirá en la mejora del rendimiento académico, el bienestar y la autoestima de los menores, además de prevenir diferentes expresiones de violencia”, subraya Nuria Máximo.

Espacio seguro

Las cifras de acoso escolar son muy elevadas, aparte de que muchos de los casos no se detectan o se detectan demasiado tarde. De ahí que las herramientas personales de regulación emocional y de la empatía como regulador de las relaciones deben ser herramientas para luchar contra este acoso. “Por eso, las valoraciones de los niños y de los profesores siempre han sido muy positivas y aprecian cambios en el día a día después de trabajar estas sesiones y estos programas. De hecho, les encantaría que durara todo el año y que pudiera llegar a todo el colegio”. En este programa, en el que la labor de los especialistas terapeutas y los profesores es encomiable, también merece especial atención el papel desempeñado por los perros, los grandes protagonistas. En este caso, Mamba, Janis, Rock, Sira, Mel y Jimena conforman el equipo perruno. “Rock, Mel y Jimena son los veteranos y los que se ‘conectan’ a través de internet para enseñar a los niños valores importantes como el respeto a los mayores, el derecho de todos a ser cuidados en función

de nuestras necesidades y el valor de cada uno independientemente de la edad. Sira es una de las perras protagonistas de las sesiones presenciales, junto a su guía Bea. Es una perra grandota y negra que se sale del ‘modelo’ de perrito que pueden imaginar, y con ella se trabaja el bienestar de los demás y la empatía hacia el otro. El perro actúa como un espejo de nuestras emociones y nos ayuda a identificar nuestro estado emocional en un momento determinado”, apunta.

Así, por ejemplo, una de las actividades que se ponen en práctica para tratar las competencias de inteligencia emocional es la denominada “tren de las soluciones”, que permite a los niños expresar qué les preocupa, qué emoción les genera y qué necesitan para solucionarlo, logrando mejorar su autoestima, la relación con uno mismo y los demás. “Por medio de la creación de este espacio seguro para ellos, trabajamos con diferentes emociones comunes como el miedo, la tristeza, la rabia o el enojo, logrando generar, entre todos, un clima de confianza, respeto, empatía y escucha que les permite alcanzar mayor bienestar y felicidad”, finaliza Nuria Máximo. 🐾

“Mediante la creación de este espacio seguro para los alumnos, trabajamos con diferentes emociones comunes como el miedo, la tristeza o la rabia”

así como el ciberacoso a través de medios digitales. Es esencial tomar medidas de concienciación que supongan una estrategia de prevención, abarcando a los centros educativos, al profesorado y, en general, a la población. Ofrecer una mayor formación a este