



La inteligencia emocional como herramienta para prevenir el acoso escolar: proyecto de gamificación



La educación tiene la responsabilidad de generar entornos óptimos que favorezcan el proceso de enseñanza-aprendizaje. En este contexto, adquiere especial relevancia uno de los temas más preocupantes del siglo XXI: el acoso escolar. Diversos estudios coinciden en que la prevención de este fenómeno pasa, en gran medida, por una adecuada educación emocional del alumnado. En esta línea, la presente propuesta, diseñada para el alumnado perteneciente al tercer ciclo de primaria, plantea una experiencia práctica centrada en el desarrollo de la inteligencia emocional como herramienta para prevenir el acoso escolar, a través de un proyecto basado en la gamificación.



Paula
García Isabel



Colegio Los Nogales
paula.garcia.isabel@gmail.com



«Educar la mente sin educar el corazón
no es educar en absoluto»

ARISTÓTELES

La sociedad se encuentra en un momento de gran cambio, las culturas, las aficiones, los intereses, los gustos, las preocupaciones... todo está tomando un nuevo rumbo. Puesto que la educación es un espejo de la sociedad, se encuentra igualmente en un proceso de transformación. Es justo en este momento en el que los objetivos educativos se transforman y se pone el enfoque en el desarrollo integral de la persona.

Este nuevo punto de mira incide en aspectos que antes no eran tan relevantes, poniendo en evidencia la importancia de eliminar cualquier tipo de violencia en el aula, erradicar y prevenir el acoso escolar. En la misma línea, surge la necesidad de educar la parte emocional de las personas. Convivimos con nuestras emociones; saber manejarlas y reconocerlas tiene consecuencias positivas en el día a día. De esta idea surge el concepto de inteligencia emocional, habilidad para reflexionar sobre nuestras propias emociones. En la combinación de ambos aspectos, la inteligencia emocional y el acoso escolar, brota la idea del desarrollo emocional como prevención del acoso.

Pero, ¿cómo llevarlo a cabo? Atendiendo a las nuevas necesidades educativas se propone realizarlo con una metodología actual, activa y significativa: la gamificación. De este modo es posible abordar conceptos dentro del aula de una manera lúdica para trabajar la inteligencia emocional y así, por ende, prevenir el acoso escolar. Esta propuesta está específicamente diseñada para el tercer ciclo de Educación Primaria, donde el alumnado se encuentra en un momento idóneo para comprender, practicar y transferir habilidades emocionales a su vida diaria.

La inteligencia emocional según Mayer y Salovey (1997) es...

La capacidad para razonar sobre las emociones y hacer uso de ellas para mejorar el pensamiento. Esto incluye



las habilidades para percibir emociones con precisión, para acceder y generar emociones como ayuda al pensamiento, para comprender las emociones y el conocimiento emocional y para regular reflexivamente las emociones de modo que promuevan un desarrollo emocional e intelectual (Mayer y Salovey, 1997, p. 68).

Nos encontramos ante una sociedad cambiante, sumida en el mundo de las tecnologías. Es en este auge del desarrollo donde, según el Department of Health and Human Services (2003), han aumentado los casos de violencia y las conductas de riesgo en cuanto a la salud mental, algo que preocupa a nivel nacional. Numerosos medios de comunicación, presidentes, agentes informativos y pensadores relevantes hablan de la necesidad de hacer algo para prevenir y cambiar. Una de las causas que desembocan en estos problemas es la falta de habilidades emocionales y sociales, lo que dificulta la interacción y la confrontación con los problemas diarios. De aquí la importancia del desarrollo de la inteligencia emocional.

Educar las emociones no es un trabajo fácil y para tratar de conseguirlo se pone



el foco en la educación, en los profesores como agentes fundamentales para ello.

Por otro lado, el acoso escolar se ha convertido en una de las grandes preocupaciones a nivel educacional; son muchos los colegios que han empezado a implantar programas de prevención e intervención, conscientes de la gravedad de este tipo de problemas. En esta línea, existen además diversos documentos oficiales que sitúan la convivencia escolar como un elemento fundamental. Entre ellos se encuentran, por ejemplo, los Planes de Convivencia que cada centro debe elaborar, así como protocolos específicos frente al acoso escolar recogidos en normativas autonómicas. Estos documentos establecen medidas, procedimientos y actuaciones obligatorias para garantizar un clima escolar seguro y respetuoso. El acoso escolar se define como “conducta de persecución física y/o psicológica que realiza un alumno contra otro, al que elige como víctima de repetidos ataques. Esta acción, negativa e intencionada, sitúa a la víctima en una posición de la que difícilmente puede salir por sus propios medios” (D. Olweus, 1983).

El desarrollo de la inteligencia emocional es un punto clave para prevenir este fenómeno, ya que ayuda a los alumnos a aprender a gestionar sus emociones y a empatizar con las emociones de los demás. Para construir un ambiente favo-

orable en el aula, es importante eliminar todo tipo de acciones violentas o que vayan en contra de la dignidad de la persona. La educación de las emociones entra dentro de la prevención primaria, es decir, aquellas acciones que se pueden tomar para adquirir competencias básicas, evitando consecuencias mayores (como la violencia o la ansiedad). La educación tiene un gran papel en el desarrollo de las prevenciones primarias y es, por tanto, una excelente herramienta para prevenir el acoso escolar.

Se concluye de lo anterior que la inteligencia emocional es, por lo tanto, una mediadora para mermar los casos de acoso escolar y violencia; es además una habilidad que puede educarse y mejorar a lo largo de los años.

Tras haber justificado la relación entre la inteligencia emocional y el acoso escolar, se propone un proyecto de gamificación que desarrolla precisamente la inteligencia emocional.

La gamificación convierte el aprendizaje en una experiencia única y motivadora. Es la unión del juego y la motivación. La finalidad de la gamificación en el ámbito educativo es modificar conductas. Implica, por lo tanto, aplicar métodos propios del juego para transformar conceptos teóricos no atractivos.

Diseño del proyecto de gamificación

Como ya se ha mencionado anteriormente, vamos a presentar un proyecto de gamificación cuyo objetivo es el desarrollo de la inteligencia emocional para prevenir el acoso escolar. Para ello los alumnos deberán adentrarse en el mundo de Hogwarts y a través de pruebas y retos conseguir dicho objetivo.

Antes de abordar la propuesta, resulta pertinente introducir brevemente el universo de *Harry Potter*. La saga, creada por J. K. Rowling, narra las aventuras de un joven mago que, junto a sus compañeros, se enfrenta a desafíos personales, sociales y emocionales mientras descubre su identidad y su lugar en el mundo. Estos libros, y sus adaptaciones cinematográ-



BENEFICIOS DE LA GAMIFICACIÓN

ficas, ofrecen un contexto narrativo rico en valores como la amistad, la cooperación, el coraje y el respeto a la diversidad. Por ello, se recomienda al profesorado la lectura de las obras o el visionado de las películas, no solo para comprender mejor las referencias utilizadas en el proyecto, sino también para favorecer su integración en el aula como recurso motivador y cercano al alumnado.

Los diferentes aspectos que engloba este proyecto de gamificación son los siguientes:

- **Narrativa:** los alumnos se adentrarán en el mundo de Hogwarts convirtiéndose en aprendices de magos. Deberán pasar retos y pruebas en las que aprendan a convivir entre las casas, aprendan a gestionar sus propias emociones y a empatizar con los compañeros; solo así podrán ser buenos magos de verdad.
- **Temporalización:** una clase semanal los viernes durante todo el año, en la que se presentarán retos transversales.
- **Niveles:** ocho niveles que los alumnos irán superando de manera conjunta, ganando puntos, individual o colectivamente.

Se explican a continuación estos ocho niveles y se remite en algunos de ellos a modelos elaborados e implementados por la autora por si pueden resultar de utilidad al lector.

Primer nivel: "La bienvenida a Hogwarts"

Objetivo principal: generar autoconocimiento y aprender a nombrar y expresar sus emociones.

Cuatro misiones:

1. La carta de acceso a Hogwart. En esta misión se les enviará una carta de bienvenida, imitando aquella que se entrega en la película, con el objetivo de introducir a los alumnos al juego.
2. El sombrero seleccionador. En esa misión los alumnos deberán realizar un test de personalidad con el objetivo de

01

APRENDER JUGANDO

La gamificación parte de un aspecto intrínseco al ser humano: la predisposición al juego. El docente, al gamificar, aprovecha la carga motivacional y psicológica del juego para favorecer la creación de aprendizajes significativos

02

MOTIVACIÓN INTRÍNSECA

El alumno se vuelve el centro del aprendizaje, siendo parte del juego, activando así la motivación intrínseca

03

FEEDBACK EN TIEMPO REAL

Los alumnos son capaces de ver su progreso en tiempo real gracias a la escala de niveles y a la puntuación

04

CREACIÓN DE RELACIONES POSITIVAS

Los alumnos juegan en equipo, fortaleciendo el compañerismo y creando relaciones positivas

05

BENEFICIOS NEUROCIÉNTÍFICOS

Aquellas actividades en las que los alumnos se divierten, generan dopamina, el neurotransmisor que activa la motivación y la atención

06

DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA Y EL AUTOCONCEPTO

Gracias a la autonomía del juego y del feedback positivo, los alumnos buscan superarse para alcanzar los objetivos

Deberán pasar retos y pruebas en las que aprendan a convivir entre las casas, aprendan a gestionar sus propias emociones y a empatizar con los compañeros; solo así podrán ser buenos magos de verdad

dividirlos por grupos (correspondientes a las cuatro casas de Hogwarts).

3. ¿Qué mago soy? En esta misión los alumnos crearán su avatar, teniendo en cuenta sus cualidades y sus rasgos físicos, es decir, deben reflejar quiénes son y cómo se ven.
4. Conjuros emociones. En esta misión, los alumnos crearán su propio diario de emociones.



Descargar material
complementario
<https://bit.ly/4tIP4J9>



El primer paso será escribir todas las emociones que conozcan, ampliando su vocabulario emocional. A lo largo de los días, deberán observarse y reconocer de manera transversal las emociones que vayan experimentando en diferentes situaciones.

Cada vez que identifiquen una emoción, volverán a su diario para describir la situación, nombrar la emoción y reflexionar sobre cómo la han gestionado o qué la ha provocado.

Segundo nivel: “Aprendemos a conjurar”

Objetivo principal: desarrollar la autoestima en cada una de las dimensiones.

Tres misiones:

1. Ascendio. En esta misión, los alumnos se dividirán por casas.

Uno de los participantes se sentará en una silla mientras el resto se coloca a su alrededor. Por turnos, cada compañero deberá decir algo positivo o una cualidad especial de esa persona, procurando no repetir lo que otros ya hayan mencionado.

El objetivo es elevar —como el hechizo— la autoestima y el reconocimiento mutuo dentro del grupo.

2. Petrificus Totalus. En esta misión, los alumnos trabajarán en parejas. A través de una conversación guiada, res-

El desarrollo de la inteligencia

emocional ayuda a los alumnos a

aprender a gestionar sus emociones

y a empatizar con las emociones de

los demás

ponderarán a una serie de preguntas personales incluidas en una ficha.

El propósito es romper el hielo emocional, favorecer la comunicación sincera y fortalecer el vínculo entre ambos participantes.

3. Lumos. En esta actividad los alumnos se enfrentarán a sí mismos. El profesor narrará una historia que los invite a descubrir que la persona más valiosa que encontrarán en su vida son ellos mismos.

Al finalizar, dispondrán de un espejo donde podrán verse reflejados y reconocer su propia luz interior.

4. Imperio. En esta misión, el profesor presentará diferentes escenas o situaciones aparentemente negativas. Los alumnos deberán analizarlas y encontrar una manera de transformarlas en algo positivo, descubriendo el poder que tienen para cambiar la mirada y reescribir las experiencias.

El objetivo es fomentar la resiliencia, la empatía y la visión optimista ante las dificultades.

Tercer nivel: los mortífagos

Objetivo principal: trabajar el control de impulsos.

Dos misiones:

1. La sala de los menesteres. En un espacio abierto, los alumnos deberán seguir atentamente las instrucciones que les dé el profesor. El juego consiste en realizar distintas acciones en función de los movimientos de la varita del docente. Por ejemplo, si la varita se eleva, los alumnos deberán saltar; si se mueve hacia un lado, girarán en



esa dirección. Cada gesto irá acompañado de una indicación verbal concreta, que los alumnos deberán seguir con rapidez y precisión. El profesor podrá introducir pausas inesperadas entre las órdenes para poner a prueba su atención. Aquellos que se precipiten o se equivoquen al ejecutar la acción quedarán eliminados del juego.

El objetivo es fomentar la escucha activa, la concentración y el control corporal, todo ello dentro de una dinámica divertida y mágica.

2. El baile de invierno. Esta misión reúne varios retos en los que los alumnos deberán desenvolverse con creatividad y trabajo en equipo. Primero, deben buscar a su pareja de juego resolviendo un pequeño puzzle que revelará su nombre. Una vez unidos, conversarán para conocerse mediante una serie de preguntas guiadas. Después, repartirán las tareas necesarias para organizar el baile. En un momento dado, el profesor planteará un problema relacionado con la organización (por ejemplo, “faltan decoraciones y hay que decidir cuáles fabricar con el material dispo-

nible” o “dos grupos quieren la misma canción para el baile y deben llegar a un acuerdo” o incluso “el espacio del baile es más pequeño de lo esperado y necesitan reorganizar la distribución”), que deberán resolver juntos. Finalmente, se celebrará el baile con dinámicas como Las sillas mágicas o El juego de las estatuas.

Cuarto nivel: Hogsmeade

Objetivo principal: desarrollar la autonomía de los alumnos.

Tres misiones:

1. Prepara tu viaje a Hogsmeade. En esta misión, los alumnos deberán reflexionar sobre su propio comportamiento a lo largo del juego. Cada uno evaluará su actitud, participación y compromiso, y con la conclusión obtenida decidirán si realmente se merecen realizar el viaje a Hogsmeade. El objetivo es fomentar la autoevaluación, la responsabilidad y la honestidad personal.
2. Hogsmeade. En esta misión, el grupo deberá conseguir una estantería completa.



ÁGORA DE PROFESORES

Como se ha visto a lo largo del artículo, este proyecto requiere esfuerzo y compromiso por parte del profesorado. Para facilitar su planificación y funcionamiento, se destacan algunos consejos clave:

1. **Conocer nuestras propias emociones:** trabajar el mundo emocional de los alumnos comienza por comprender nuestras propias emociones. No se trata de ser perfectos, sino de mantener una formación constante, tanto educativa como emocional. Lo que somos y transmitimos influye directamente en ellos, por lo que es importante reflexionar: ¿qué quiero trasladar a mis alumnos?
2. **Flexibilidad en la planificación:** no todo lo planificado sale siempre como esperamos. Al diseñar un proyecto anual y transversal es fundamental “hacerse amigo” de la flexibilidad. Algunas sesiones pueden alargarse, otras acortarse o incluso cambiar de enfoque. Lo importante es mantener el eje en los alumnos, pues cuando ellos están en el centro, el camino se reestructura de manera natural.
3. **Contar con la comunidad educativa:** la colaboración con toda la comunidad educativa —padres, madres, estudiantes, docentes y personal no docente— es esencial. La implicación de las familias resulta especialmente importante, ya que su acompañamiento y coherencia en casa refuerzan el trabajo emocional realizado en el centro. Trabajando juntos, podemos llegar a los alumnos de manera más personalizada y efectiva, asegurando que el proyecto cumpla su objetivo de desarrollo emocional integral.

En el patio habrá un mercadillo mágico donde podrán comprar las diferentes piezas necesarias. Cada alumno dispondrá de una cantidad limitada de galones (la moneda de Hogwarts) y entre todos deberán organizarse, cooperar y negociar para reunir los materiales y completar la tarea.

3. **Las salas comunes.** En esta misión, los alumnos deberán asignarse distintos roles dentro de cada casa o equipo. Cada viernes revisarán juntos si están cumpliendo con las responsabilidades y actitudes asociadas a su rol. El propósito es fortalecer la cohesión, la organización y la implicación dentro de cada grupo.

Quinto nivel: Amortentia

Objetivo principal: desarrollar la empatía.

Tres misiones:

1. **El baúl de los tesoros.** En esta misión, cada equipo creará su propio baúl de los tesoros, donde irán guardando las emociones vividas por cada persona durante el día, junto con su nombre. Cada viernes, el grupo abrirá el baúl y leerá en voz alta las emociones recogidas,

reflexionando sobre si realmente observamos y atendemos las necesidades de los demás.

2. **Poción multijugos.** El profesor entregará a cada casa una hoja con diversas situaciones y preguntas. Por casas deberán leerlas y reflexionar sobre las mismas, poniéndose en el papel de aquellos que están reflejados en los acontecimientos que narran.
3. **El mapa del Merodeador.** En esta misión, los alumnos construirán un mapa del Merodeador a tamaño real. Primero, la mitad del grupo se tumbará en el suelo mientras sus compañeros dibujan su silueta con tiza de colores. Después, cambiarán los roles. Una vez finalizado, se realizará un diálogo grupal para compartir cómo se han sentido al “ponerse en la piel del otro” y reflexionar sobre la importancia de la empatía.

Sexto nivel: La Segunda Guerra Mágica

Objetivo principal: desarrollar la capacidad de resolver conflictos.

Tres misiones:

1. **La capa invisible.** En esta misión, el alumnado aprenderá a reconocer los problemas que muchas personas llevan consigo sin mostrarlos abiertamente, como si fueran capas invisibles. A lo largo de la semana, deberán observar su entorno —en casa, en el aula, en la calle o en los medios de comunicación— e identificar distintas situaciones problemáticas o de dificultad que perciban. El objetivo es desarrollar la empatía y la sensibilidad hacia las realidades que a menudo pasan desapercibidas.
2. **El Bosque Prohibido.** El Bosque Prohibido será un espacio simbólico donde los alumnos podrán gestionar y resolver los conflictos que surjan en el aula. Cada casa construirá los pasos fundamentales para solucionar un desencuentro, aplicando todo lo aprendido previamente. El objetivo es fortalecer la mediación, la cooperación y la resolución positiva de problemas.



3. El Torneo de los Tres Magos

En esta actividad, los alumnos competirán por casas en el Torneo de los Tres Magos.

El torneo se desarrollará en varias sesiones y constará de pequeñas pruebas diseñadas para fomentar el trabajo en equipo mientras se aprende a resolver conflictos de manera constructiva. La dinámica busca combinar diversión, colaboración y habilidades de resolución de problemas.

Séptimo nivel: Los profesores de Hogwarts

Objetivo principal: desarrollar las habilidades de comunicación.

Cuatro misiones:

1. La profesora Sybill Trelawney

En esta actividad, los alumnos se agruparán en casas y participarán en diferentes minijuegos que fomenten la escucha activa. Se simulará una clase de Adivinación en Hogwarts, donde deberán estar atentos a sus compañeros para poder continuar las dinámicas correctamente.

Algunos de los juegos propuestos pueden ser: El cuento infinito, en el que cada alumno añade información a lo que el anterior ha contado; y Dos verdades y una mentira, que trabaja la atención y la percepción de la información.

2. El profesor Hagrid

En esta actividad, los alumnos se organizarán en grupos de cuatro, cambiando los equipos en cada situación. A cada grupo se le entregará una ficha con una situación conflictiva, que deberán analizar y completar aplicando habilidades de comunicación como la escucha activa, la expresión clara de ideas y la empatía. El objetivo es practicar estrategias de resolución de conflictos y fortalecer la colaboración dentro del grupo.

3. Voldemort, Dumbledore y Gilderoy Lockhart

Tres profesores representarán diferentes estilos de comunicación (la información que dan puede ser una síntesis de lo avanzado hasta ahora en el juego):

Voldemort → comunicación agresiva

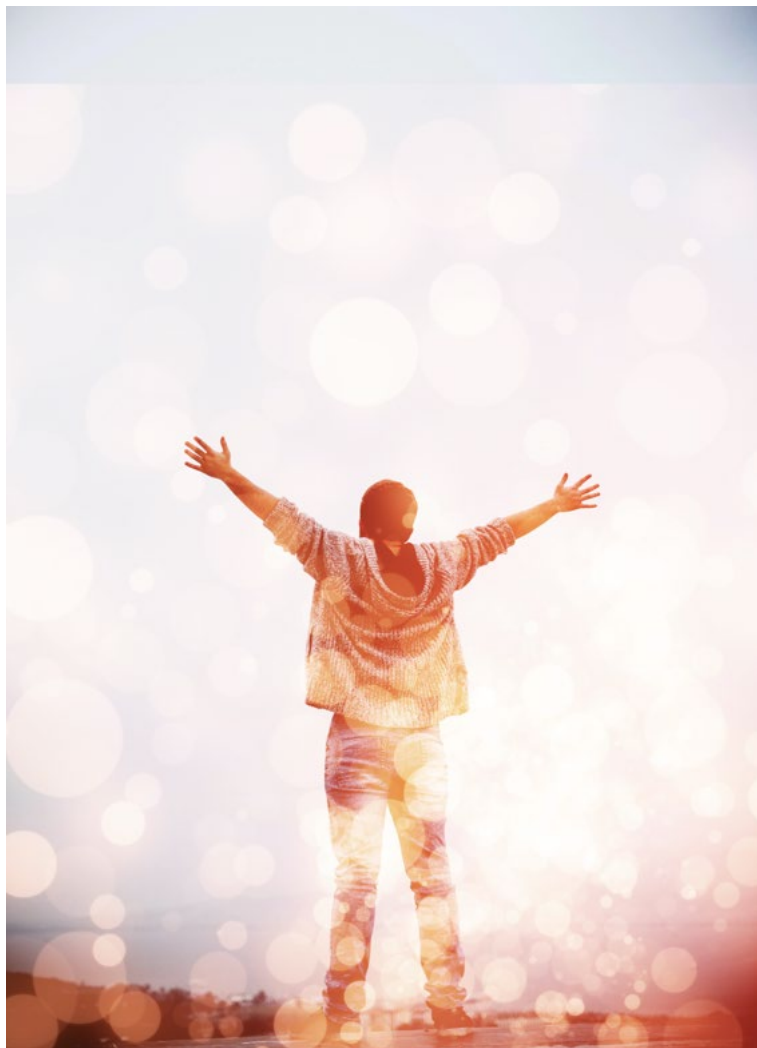
Dumbledore → comunicación asertiva

Lockhart → comunicación pasiva

El profesor explicará las características de cada estilo y, a continuación, los grupos realizarán *role plays* para solucionar conflictos aplicando estas formas de comunicación. Después, reflexionarán sobre cuál de ellas es la más efectiva y adecuada en distintas situaciones.

4. Severus Snape

En esta misión, los alumnos trabajarán la expresión corporal para transmitir



emociones y situaciones sin palabras. Se colocarán en círculo mientras el profesor describe diferentes emociones o contextos, y el alumnado deberá representarlos sin emitir sonido. El objetivo es desarrollar la comunicación no verbal y la comprensión emocional.

Como actividad final del proyecto de gamificación, cada casa realizará un teatro mudo. Deben representar una escena de Harry Potter sin usar palabras, aplicando todo lo aprendido sobre comunicación verbal y no verbal. El objetivo es fomentar la creatividad, la colaboración y la expresión artística dentro del grupo.

Octavo nivel: la entrega de premios
Objetivo principal: cerrar el proyecto.
Una misión:

1. Final de curso

En este momento se procederá al recuento total de puntos que han ido obteniendo en cada misión y se entregará un premio a la casa ganadora.

Conclusión

Como ya se ha mencionado anteriormente la inteligencia emocional es una habilidad que puede y debe ser trabajada. Son numerosos los beneficios que tiene y es una herramienta muy útil para prevenir el acoso escolar.

Con esta propuesta se pretende, pues, trabajar la inteligencia emocional de manera lúdica y motivadora para prevenir el acoso escolar poniendo en foco en lo importante: nuestros alumnos •



PARA SABER MÁS

BERROCAL, P. F. y CABELLO, R. (2021). La inteligencia emocional como fundamento de la educación emocional. *Revista Internacional de Educación Emocional y Bienestar*, 1(1), 31-46. <https://doi.org/10.48102/riieb.2021.1.1.5>

EQUIPO DE TRABAJO DE ESCUELAS CATÓLICAS. (2017). *Guía para actuar en caso de acoso escolar*. SM. <https://www.escuelascaticas.es/wp-content/uploads/2017/10/GUIA-ACOSO-ESCOLAR.pdf>

GARCÍA-CASAUS, F. CARA-MUÑOZ, J. F., MARTÍNEZ-SÁNCHEZ, J. A. y CARA-MUÑOZ, M. M. (2021). La gamificación en el aula como herramienta motivadora en el proceso de enseñanza-aprendizaje. *Logía, Educación Física y Deporte*, 1(2), 43-52. <https://logiaefd.com/wp-content/uploads/2021/02/5.pdf>



HEMOS HABLADO DE

Acoso escolar; inteligencia emocional; gamificación; prevención; emociones.

Este artículo fue solicitado por PADRES Y MAESTROS en septiembre de 2025, revisado y aceptado en enero de 2026.