

El programa CIE: Intervención en ciberacoso escolar mediante el desarrollo de la Inteligencia Emocional

Noelia Carbonell Bernal¹ y Fuensanta Cerezo Ramírez²

¹Universidad Internacional de la Rioja (España); ²Universidad de Murcia (España)

El ciberacoso escolar es un fenómeno cada vez más preocupante en las aulas. El trabajo que presentamos parte de la investigación realizada en distintos centros escolares de la Región de Murcia, donde se aplicó el programa CIE (Convivencia e Inteligencia Emocional) durante 5 sesiones semanales, mediante un aula virtual, los alumnos trabajaron de forma colaborativa los elementos de la inteligencia emocional para prevenir e intervenir en las situaciones de ciberacoso. Se plantean dos objetivos generales: dotar a los alumnos de estrategias de resolución de conflictos y problemas de convivencia y comprobar la eficacia del programa CIE en la disminución de las conductas de ciberacoso. Sobre un total de 189 escolares de Primero y Segundo de ESO, entre 11 y 16 años (52.4% chicas). Se utilizó la metodología test-postest. Los resultados confirman que el trabajo y desarrollo de los elementos del programa CIE han favorecido la disminución de las conductas de ciberacoso detectadas, y además, ejerce una acción preventiva, al hacer que los alumnos se conciencien de este problema y de las consecuencias que tiene. Como conclusiones, destacar que la aplicación del programa CIE ha demostrado que la inteligencia emocional es modificable y enseñable, facilitando la adaptación y la integración y que el propio programa ha resultado innovador y sencillo de aplicar.

Palabras Clave: Acoso escolar, Inteligencia Emocional, programa CIE, prevención.

CIE program: Intervention in cyberbullying by de development of the Emotional Intelligence. School cyberbullying is an increasingly worrying phenomenon in the classroom. The work that we present part of the research carried out in different schools in the Region of Murcia, where the CIE program (Coexistence and Emotional Intelligence) was applied during 5 weekly sessions, through a virtual classroom, the students collaboratively worked on the elements of Emotional intelligence to prevent and intervene in cyberbullying situations. There are two general objectives: to provide students with strategies to resolve conflicts and problems of coexistence and to check the effectiveness of the CIE program in reducing cyberbullying behaviors. Out of a total of 189 students from First and Second of ESO, between 11 and 16 years old (52.4% girls). The test-posttest methodology was used. The results confirm that the work and development of the elements of the CIE program have favored the reduction of detected cyberbullying behaviors, and also, it has a preventive action, by making students aware of this problem and the consequences it has. As conclusions, highlight that the application of the CIE program has shown that Emotional Intelligence is modifiable and teachable, facilitating adaptation and integration and that the program itself has been innovative and simple to apply.

Keywords: Bullying, cyberbullying, Emotional Intelligence, program, prevention.

En la actualidad, podemos comprobar que el aumento de la disponibilidad de las nuevas tecnologías ha permitido el avance una modalidad de acoso denominado ciberacoso o *ciberbullying*, (Ortega, 2015) que pese a tener una gran similitud con las características que ya conocíamos del *bullying*, presenta algunas características propias, entre las que podemos destacar que no es necesaria la presencia del acosador y de la víctima en el mismo espacio, y la gran difusión de los hechos que se produzcan, agravando las consecuencias para quien lo sufre (Cerezo, 2015).

Hoy día Internet es un instrumento fundamental dentro de nuestra sociedad, bien sea desde móviles, tabletas u ordenadores, lo que ha permitido que los adolescentes hayan encontrado una nueva forma de relacionarse, ya no solo a través de las llamadas de móvil, sino que tiene un uso muy amplio de *WhatsApp*, y especialmente de las redes sociales. El uso de estas nuevas tecnologías ofrece múltiples ventajas, pero no debemos dejar de lado que uso inadecuado, puede ser peligroso permitiendo difundir falsos rumores, amenazar, intimidar, realizar suplantaciones de identidad, lo que ha generado en los últimos años el término *cyberbullying* (Álvarez-García, Núñez, Álvarez, Dobarro, Rodríguez, y González-Castro, 2011).

Además, este concepto a su vez se ha diferenciado en función del medio específico, entre *cyberbullying* a partir del teléfono móvil y el *cyberbullying* mediante el uso de internet (Smith et al., 2008). En la actualidad, esta distinción está empezando a ser reconsiderada debido al avance de las utilidades de los dispositivos tecnológicos, puesto que “las características de audiencia, publicidad y permanencia dan al *cyberbullying* una naturaleza específica en cuanto al vínculo relacional entre víctima, agresor y posibles espectadores” (Ortega y Mora-Merchán, 2008).

Una característica específica del *cyberbullying*, es que los implicados se comunican, aunque no estén próximos, además, la agresión, puede ser observada por un número indefinido de personas, de forma que en un momento dado todos podemos ser testigos de este fenómeno.

El ciberacoso se define como, una nueva forma de acoso escolar que surge a partir del uso de las nuevas tecnologías de la comunicación, con la finalidad de acosar a las víctimas, es un fenómeno silencioso, que produce graves consecuencias en las víctimas, y que suele escaparse a la temprana detección por las especiales características que lo definen, pero no por eso es menos dañino que el acoso tradicional. Hablamos, por lo tanto, de una forma de violencia que puede causar muchos problemas si no es intervenida a tiempo, no es un juego de niños.

Por tanto, existe ciberacoso cuando, de forma repetida, un alumno recibe de otros compañeros mensajes de texto o de voz, imágenes fijas o videos, con la finalidad de socavar su autoestima y dignidad personal y/o dañar su estatus social o bien siendo vilipendiado mediante redes sociales.

Las características del Ciberacoso (Yubero, Larrañaga, y Martínez, 2013), son:

Intencionalidad. El agresor debe tener la intención de dañar a la víctima para que se produzca un auténtico fenómeno de ciberacoso. Repetición: El Ciberacoso, al igual que el acoso escolar, necesita que la agresión virtual se produzca más de una vez y no sea un solo hecho puntual. Entenderemos que existe repetición si la agresión es vista o compartida a través de las redes sociales varias veces por otras personas o por los propios implicados, por ejemplo, si se sube una fotografía o video de una persona y es visualizada por otras 40 personas o se produce varias reproducciones del mismo. Desequilibrio de poder: Esta característica en el ciberacoso viene definida no solo por la patente indefensión de la víctima ante las agresiones, sino por el anonimato que nos facilita la red. La persona no puede hacer nada contra la agresión, no puede eliminar una foto o video de Internet que ha sido difundido y visualizada, sino que en la mayoría de las ocasiones se desconoce quién es su agresor. Al no existir contacto físico, no es posible conocer la reacción que tiene la víctima con el agresor cuando se produce el ciberacoso, pero hay estudios que muestran que esta situación provoca en la víctima conductas disruptivas, desinhibidas, agresivas e impulsivas. Temporalización: a diferencia del acoso, que se produce en un espacio concreto y conciso, en el ciberacoso, el agresor puede cometer sus ataques en cualquier momento, 24 horas al día, 7 días a la semana. Anonimato. El agresor puede esconder totalmente su identidad tras el ciberespacio, ese anonimato hace que se sienta más fuerte cuando realiza las agresiones. Difusión pública. El agresor puede enviar los mensajes a varios destinatarios o hacerlo a través de una red social para que el ataque sea más extensivo, mientras, la víctima puede desconocer la extensión de la difusión. Esta peculiaridad hace que se modifiquen los tipos de observadores y su papel en el acoso con respecto al acoso escolar tradicional, donde podíamos definir y cuantificar los participantes en el acoso.

Inteligencia Emocional

El término Inteligencia Emocional, (Goleman de Salovey y Mayer Goleman, 1998, p.430) se define como “la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los sentimientos de los demás, motivarnos y manejar adecuadamente las relaciones que sostenemos con los demás y con nosotros mismos”. Los autores señalan que existen cinco componentes de la Inteligencia Emocional.

Tabla 1. Componentes de la IE

Autoconocimiento	Autocontrol	Automotivación	Empatía	Habilidades sociales
Conocer las propias emociones	Manejar las emociones	Motivarse a sí mismo	Reconocer las emociones de los demás	Arte de establecer buenas relaciones con los demás

De modo que, la Educación Emocional será “el proceso educativo, continuo y permanente que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos los elementos esenciales del

desarrollo de la personalidad integral. Para ello se propone el desarrollo de conocimientos y habilidades sobre las emociones con objeto de capacitar al individuo para afrontar mejor los retos que se plantean en la vida cotidiana. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social” (Bisquerra, 2000, p. 243).

Un buen desarrollo de la Inteligencia Emocional tiene gran relevancia en el contexto escolar, especialmente en relación al clima de convivencia. Extremera y Fernández-Berrocal (2004) y Sotil et al. (2008), entre otros, sostienen que la Inteligencia Emocional puede mejorar las relaciones interpersonales en el aula y procurar soluciones pacíficas ante los conflictos que viven los estudiantes. Se puede afirmar que el aumento de la Inteligencia Emocional influye directamente en el rendimiento escolar, y reduce la ansiedad, la agresividad, y los problemas sociales. Ciarrochi, Chan, y Bajgar (2001) y Lopes, Salovey, y Straus (2003) afirman que los alumnos con puntuaciones altas en Inteligencia Emocional disfrutaban de una mayor satisfacción en las relaciones e interacciones con sus iguales. Por el contrario, una deficiente Inteligencia Emocional influye de manera negativa en el comportamiento, siendo características de este perfil la impulsividad, asilamiento, agresividad, y problemas en el aprendizaje (Goleman, 1998; León, 2009). La Inteligencia Emocional, a través de sus constructos, permite definir qué características socioemocionales pueden influir en las diferentes conductas asociadas a los perfiles del *bullying* y *ciberbullying*. Estudios como los de (Elipe, Ortega, Hunter, y Rosario, 2015) encuentran relación entre la participación en *bullying* y la Inteligencia Emocional, siendo las víctimas quienes más sufren las consecuencias (Garaigordobil y Martínez-Valderrey, 2014).

Así, pues, entendemos que para mejorar las relaciones interpersonales y favorecer la convivencia en los centros escolares se debe incidir en el desarrollo de la Inteligencia Emocional, y para ello es necesario contar con instrumentos que permitan al profesorado llevar a cabo tareas en este sentido. Es por ello que proponemos el programa CIE: Convivencia en Inteligencia Emocional (Carbonell, Sánchez, y Cerezo, 2014). Como fórmula que favorece la convivencia escolar a alumnos de Secundaria. El programa presenta estrategias orientadas hacia los directamente implicados: agresores (control de la ira) y víctimas (estrategias de defensa y afrontamiento), y para el conjunto del grupo-aula siguiendo las premisas que defiende la Inteligencia Emocional, esto es, el conocimiento y manejo de sus cinco habilidades básicas: autoconocimiento, autocontrol, empatía, automotivación y habilidades sociales.

Dado que se nos encontramos en la era digital, utilizamos una página web para su implementación, ya que se trata de una vía de comunicación con la que están muy familiarizados los jóvenes y de esta forma les resultará atractivo de trabajo.

Objetivos

- Mejorar el clima de relaciones entre los escolares interviniendo y previniendo las conductas de ciberacoso.
- Disminuir el número de alumnos agresores implicados en las conductas de *ciberbullying*.
- Reducir el número de víctimas detectadas previamente.
- Mejorar los niveles de Inteligencia Emocional previamente detectados en el alumnado.
- Valorar la eficacia de un programa de Inteligencia Emocional en la mejora de la convivencia escolar.

MÉTODO

Participantes

La selección de la muestra fue accidental y tras la presentación del programa en diversos centros escolares de la Región de Murcia. El programa se aplicó en aquellos que aceptaron colaborar.

Participaron 189 alumnos y alumnas de Educación Secundaria Obligatoria de 11 a 15 años (Edad Media y desviación típica), siendo chicas el 52.4 %. De los cursos: 1º y 2º ESO, de 2 centros escolares. Del año 2014/2015.

Variables de estudio

Variables personales: sexo, edad y procedencia, aspecto físico (fortaleza o hándicap). Variables relacionadas con la dinámica *bullying*: Nivel de incidencia (por grupos-aula y en el conjunto de la muestra); roles asociados: agresores, víctimas y víctima-agresor (los que participan de ambos roles). Aspectos situacionales: lugares de ocurrencia, formas utilizadas, y actitudes del grupo aula hacia esta problemática, y valoración de la gravedad atribuida a estas situaciones. Variables socioafectivas en el aula: aceptación, rechazo y exclusión. Variables de Inteligencia Emocional: autoconocimiento, autocontrol, automotivación, empatía y habilidades sociales. Las Habilidades sociales a considerar serán: autorrealización, autoconcepto, asertividad y, comprensión emocional de sí mismo.

Instrumentos

Para evaluar las variables del conjunto 1, 2 y 3, se utilizó el test *Bull-S 2.2* (Cerezo, 2013).

La idea en torno a la cual se articula este cuestionario es considerar el fenómeno *bullying* como un hecho intergrupal, es decir, como un fenómeno inserto en la dinámica relacional del grupo de iguales. Parte del estudio de la estructura social y afectiva del grupo aula que a través de la nominación entre iguales y llega al conocimiento de los sujetos

implicados en las malas relaciones y como son percibidos por sus compañeros, permitiendo identificar a los sujetos agresores, las víctimas y los que participan de ambos roles o víctima-provocador. Presenta índices de validez fiabilidad satisfactorios (Cerezo y Ato, 2005). Las dimensiones que recoge son: Posición sociométrica (Cerezo, 2014); detección de implicados y roles en *bullying*, aspectos situacionales relacionados y percepción de la gravedad y seguridad en el centro escolar. El tiempo estimado de aplicación es 20 minutos.

El cuestionario aporta información sobre: Variables del grupo 1: edad, sexo (M/F), procedencia (español/extranjero), repetición de curso (Si/No), aspecto físico (Fortaleza, hándicap).

Variables del grupo 2: Nivel de Incidencia del bullying y Ciberbullying, Sujetos implicados y aspectos socioafectivos relacionados. Variables situacionales en valores porcentuales. Para la evaluación de las variables relativas a la IE se utilizaron los cuestionarios que se presentan a continuación:

Test Messy (Matson, 1983). La escala permite evaluar habilidades sociales específicas implicadas en comportamientos sociales adaptativos, como también comportamientos no adaptativos. Se evalúa con una escala tipo Likert de 4 puntos: 1; Nunca, 2; A veces, 3; A menudo, 4; Siempre, podemos comprobar que existen buenos índices en el estudio de Matson et al. (1983), (citado en Matson y Wilkins, 2009), con valores alfa de Cronbach de 0.54 a 0.80 para la versión de autoinforme.

Test CACIA (Capafons y Silva, 1991) Para determinar el grado de Autocontrol, utilizaremos el CACIA Cuestionario de Autocontrol Infantil y adolescente (Capafons y Silva, 1991) que consta de cinco escalas para medir el autocontrol en niños mayores y adolescentes.

Test de empatía. La escala de Bryant está diseñada para evaluar la activación empática de los adolescentes, formada por un total de 22 ítems, de los cuales algunos muestran un conjunto de situaciones donde se produce una activación empática del lector, hacia otra persona, en el resto de los ítems, lo que se refleja es una total falta de empatía. Esta escala evalúa dos dimensiones, por un lado, la empatía afectiva y por el otro las creencias acerca de la expresión de los sentimientos. El instrumento presenta un formato de respuesta sí o no (dicotómico), puntuando únicamente la afirmación que contribuye a una respuesta empática. Cuanto mayor sea la puntuación obtenida, mayor será su tendencia de empatía. El rango de la puntuación se encuentra entre 0 y 22. El coeficiente de confiabilidad α de Cronbach de 0.79.

Para valorar la motivación se empleó el *Test SMAT* (test motivacional para adolescentes) Sweeney, Cattell, y Kruggun (1979) que mide la motivación de los adolescentes enfocándola a si ésta se debe a factores internos (de la persona) o bien a factores externos (entorno que rodea al adolescente).

Test LAEA de Garaigordobil, consiste en un listado de adjetivos que tiene como objetivo la evaluación del autoconcepto físico, social, emocional e intelectual de los sujetos desde los 12 hasta los 65 años. Esta prueba consta de 57 adjetivos de carácter positivo a los que se debe contestar eligiendo una entre cinco alternativas de respuesta; Nada, Un poco Moderadamente, Bastante, Mucho, se les pide «Lea rápidamente los adjetivos que se indican a continuación y valore el grado en que le describen o definen en una escala de 0 a 5, donde 0 sería “nada” y 4 sería “mucho”, es decir, el grado en que pueden aplicarse a su persona. Anote su valoración en la hoja de respuesta o protocolo del test.

En estudios realizados para comprobar la fiabilidad del conjunto del cuestionario, se ha obtenido un Alpha de Cronbach de 0,92 y un coeficiente de Spearman-Brown de 0,83.

Programa de intervención. Como instrumento de referencia para elaborar el programa de intervención seguimos el esquema propuesto por el programa CIP (Cerezo, Calvo, y Sánchez, 2011), siendo relevante la implicación de los diferentes niveles o estamentos de la comunidad escolar: Institución, profesorado, padres y alumnado. El objetivo último del programa es la prevención de las situaciones de violencia escolar detectadas en el centro y que estas situaciones disminuyan con el aprendizaje del correcto uso de los elementos que forman parte de la Inteligencia Emocional.

Contenido del programa. El programa CIE (Carbonell, Sánchez, y Cerezo, 2014), se divide en 5 sesiones, cada una relacionada con los componentes de la Inteligencia Emocional. Las sesiones constan de dos partes: una explicación teórica y otra práctica, mediante una serie de tareas que se realizan a través de la página de internet. Ha sido diseñado para ser aplicado a la población adolescente, aunque muchas de sus actividades, pueden adaptarse a otros perfiles de edad.

Procedimiento

Fases de aplicación y particularidades

La aplicación del programa implica las siguientes particularidades. Constancia entre las sesiones; la aplicación del programa de intervención se realizó a través de una sesión de intervención cada quince días de 50 minutos de duración durante 5 semanas, una por cada sesión.

Constancia contextual; se realiza siempre a la misma hora el mismo día, en la misma aula y con el mismo grupo de alumnos. Constancia de la persona que aplica el programa, siempre es el mismo sujeto. Constancia en la estructura de las sesiones; las sesiones se dividen en los siguientes apartados:

- Parte teórica (temática de la sesión).
- Explicación de las actividades a realizar.
- Realización de actividades.

- Debate y conclusiones.
- Diseño del estudio
- Se ha utilizado un diseño cuasiexperimental de medidas repetidas pretest–post-test, mediante cuestionarios.

RESULTADOS

Se establece un modelo de test-postest con Grupo Experimental. Aplicando una evaluación inicial antes de la aplicación del programa y otra de similares características al finalizar su implementación. El análisis cuantitativo de los datos obtenidos se realizó a partir del paquete estadístico SPSS comparando los resultados pre y postest

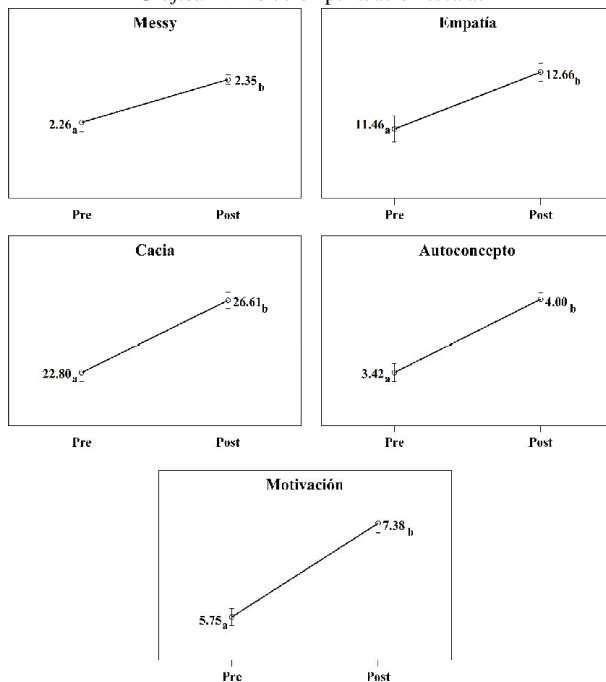
A continuación, vemos la reducción que se ha conseguido del número de víctimas y agresores detectados previamente.

Tabla 2. Medias (DT) y contrastes estadísticos entre grupos en las escalas para el efecto tiempo

Escala	Medida. media (DT)		Efecto inter-sujeto: Sexo		
	Pre	Post	F(1,187)	p-valor	eta2
MESSY			0.18	0.671	0.001
Hombre (90)	2.26 (0.3)	2.36 (0.2)			
Mujer (99)	2.26 (0.2)	2.34 (0.2)			
Empatía			1.71	0.192	0.004
Hombre (90)	10.04 (3.3)	12.72 (2.7)			
Mujer (99)	12.74 (3.6)	12.60 (2.6)			
CACIA			0.36	0.55	0.002
Hombre (90)	22.29 (7.2)	26.46 (6.7)			
Mujer (99)	23.26 (6.2)	26.76 (5.2)			
Autoconcepto			3.29	0.071	0.022
Hombre (90)	3.26 (0.9)	4.01 (0.7)			
Mujer (99)	3.56 (0.9)	3.98 (0.7)			
Motivación			2.7	0.102	0.003
Hombre (90)	5.70 (2.0)	7.84 (2.0)			
Mujer (99)	5.79 (2.2)	6.96 (2.5)			

Como se aprecia en la tabla 2, los alumnos han aumentado sus niveles de empatía, es decir, han mejorado su capacidad de ponerse en el lugar de los demás antes de hacer o decir algo que pueda resultar desfavorable. Al igual que ha ocurrido con las conductas prosociales, como en autoestima. Aunque el tamaño del efecto fue moderado, se ratifica el aumento de todos los componentes de la IE como se ve en el gráfico 1 (Evolución puntuación escalas).

Grafica 1. Evolución puntuación escalas



Como vemos en estos gráficos ha habido un aumento en las puntuaciones de cada uno de los cinco componentes de la IE en el alumnado al que le hemos pasado nuestro programa, lo cual se ha visto reflejado en la disminución de los sujetos víctimas y los agresores.

DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

Los resultados encontrados, tras la aplicación del programa CIE, muestran una evidencia empírica de la relación que existe entre una baja Inteligencia Emocional y las conductas agresivas. De manera significativa, podemos destacar elementos como el control de los impulsos o el manejo de las emociones, la tolerancia a la frustración, la empatía, las buenas relaciones interpersonales, la responsabilidad social, el optimismo y la felicidad como factores protectores de la violencia en la escuela.

Aunque se encuentran programas para la mejora de la convivencia, que acentúan la importancia de la Inteligencia Emocional (Del Rey et al., 2018; Garaigordobil y Martínez, 2014). Este trabajo viene a cubrir el vacío existente en cuanto a programas

específicos para la mejora de la Inteligencia Emocional y reducir la violencia escolar mediante el uso de las tecnologías.

También podemos añadir, que el instrumento CIE, a partir de los resultados que hemos obtenido, no es solo beneficioso para los alumnos, también beneficia a los miembros del equipo docente, puesto que es una estrategia en la que se trabaja con toda la comunidad educativa y de aquí se pueden extraer conclusiones para la práctica educativa.

Como podemos comprobar a la vista de los resultados obtenidos, se aprecia una disminución del número de agresores y del de víctimas, lo que asociado al aumento de la Inteligencia Emocional nos explica cómo se produce una disminución de las ciberagresiones gracias al aumento de la Inteligencia Emocional.

Como perspectivas futuras, planteamos que si la Inteligencia Emocional se puede modificar a lo largo de la vida y que por tanto se puede enseñar (Bar-On, 2006), consideramos que los estudiantes con comportamientos violentos y que han obtenido puntuaciones significativamente bajas en las escalas de Inteligencia Emocional, pueden beneficiarse de programas de Educación Emocional, para la mejora de dichas competencias emocionales y sociales. Esto nos lleva a pensar que desde la escuela se deberían enfatizar no solamente la mejora de las habilidades cognitivas, sino también el desarrollo de las competencias socioemocionales, puesto que se ha demostrado el impacto significativo de la Inteligencia Emocional, en los diversos aspectos de la vida, tanto académica como personal de nuestros estudiantes.

REFERENCIAS

- Álvarez-García, D., Dobarro, A., Rodríguez, C., Núñez, J.C., y Álvarez, L. (2013). El consenso de normas de aula y su relación con bajos niveles de violencia escolar. *Infancia y Aprendizaje*, 36(2), 199-217.
- Bar-On, R. (2006). The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). *Psicothema*, 18, 13-25.
- Bisquerra, R. (2000). *Educación Emocional y Bienestar*. Barcelona: Praxis.
- Capafóns, A., y Silva, F. (1995). *Cuestionario de autocontrol infantil y adolescente*. TEA: Madrid.
- Cerezo, F. (2013). *Bull.S. Test de evaluación sociométrica de la violencia entre escolares*. Madrid: Albor-Cohs. Recuperado de: <http://www.psicologia365.com/tests-cuestionarios-evaluacion/bull-s-test-de-agresividad-entre-escolares.html>
- Cerezo, F. (2014). Soporte social en bullying. Análisis de la soledad de la víctima. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 17(1), 123-132.
- Cerezo, F., Calvo, A., y Sánchez, C. (2011). *El programa CIP: Concienciar, Informar y Prevenir, para la intervención psicoeducativa y tratamiento diferenciado del bullying*. Madrid: Pirámide.
- Cerezo, F., y Ato, M. (2005). Bullying in Spanish and English pupils. A sociometric perspective using the Bull-S questionnaire. *Educational Psychology*, 25(4), 353-368.
- Cerezo, F., y Ato, M. (2010). Social status, gender, classroom climate and bullying among adolescent's pupils. *Anales de Psicología*, 26(1), 137-144.

- Cerezo, F., y Sánchez, C. (2013). Eficacia del programa CIP para la mejora de la convivencia escolar y la prevención del bullying en alumnos de Educación Primaria. *Apuntes de Psicología*, 31(2), 173-181.
- Ciarrochi, J., Deane, F., y Anderson, S. (2002). Emotional intelligence moderates the relationship between stress and mental health. *Personality and Individual Differences*, 32(2), 197-209.
- Del Rey, R., Mora-Merchán, J.J., Casas, J.A., Ortega, R., y Elipe, P. (2018). Programa «Asegúrate»: Efectos en ciberagresión y sus factores de riesgo. *Revista Comunicar*, 56, 38-48.
- Elipe, P., Mora-Merchán, J.A., Ortega-Ruiz, R., y Casas, J.A. (2015). Perceived emotional intelligence as a moderator variable between cybervictimization and its emotional impact. *Frontiers in Psychology*, 6, 486-492.
- Garaigordobil, M., y Martínez-Valderrey, V. (2014). *Cyberprogram 2.0. Programa de intervención para prevenir y reducir el cyberbullying*. Madrid: Pirámide.
- Giménez-Gualdo, A., Arnaiz-Sánchez, P., Cerezo-Ramírez, F., y Prodócimo, E. (2018). Teachers' and students' perception about cyberbullying. Intervention and coping strategies in primary and secondary education. [Percepción de docentes y estudiantes sobre el ciberacoso. Estrategias de intervención y afrontamiento en Educación Primaria y Secundaria]. *Comunicar*, 56, 29-38.
- Goleman, D. (1998). *Working with emotional intelligence*. New York: Bantam Books.
- Lopes, P.N., Salovey, P., y Straus, R. (2003). Emotional intelligence, personality and the perceived quality of social relationships. *Personality and Individual Differences*, 35(3), 641-658.
- Matson, J.L., y Wilkins, J. (2009). Psychometric testing methods for children's social skills. *Research in Developmental Disabilities*, 30(2), 249-274.
- Ortega, R., y Mora-Merchán, J.A. (2008). Las redes de iguales y el fenómeno del acoso escolar: explorando el esquema dominio-sumisión. *Infancia y Aprendizaje*, 31(4), 515-528.
- Smith, P.K., Mahdavi, J., Carvalho, M., Fisher, S., Russell, S., y Tippett, N. (2008). Cyberbullying: its nature and impact in secondary school pupils. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 49(4), 376-385.
- Sotil, A., Ecurra, L., Huerta, R., Rosas, M., Campos, E., y Llaños, A. (2008). Efectos de un programa para desarrollar la inteligencia emocional en alumnos de sexto grado de educación primaria. *Revista de Investigación en Psicología*, 11(2), 55-65.
- Yanguas, J.J. (2006). *Análisis de la calidad de vida relacionada con la salud en la vejez desde una perspectiva multidimensional*. Colección Estudios: Personas Mayores. Madrid: IMSERSO.
- Zeman, Z., y Zeman, M.G. (2015). "Young" heart in "old" body. Experiences of ageing from older persons' perspective. *Etnološka Tribina* 38, 45, 72-85.

Recibido: 21 de abril de 2019

Recepción Modificaciones: 2 de mayo de 2019

Aceptado: 7 de mayo de 2019