

Safe ZONE

SAFE ZONE

Un juego que inicia la conversación

GUÍA DE FACILITACIÓN

Versión 2.0 · Para jóvenes mayores de 13 años · Modo Básico y Modo Estándar



Proyecto Erasmus+ KA2 · Rewriting the Story

Empowering Youth against Bullying · www.promesas.eu

1. Bienvenida

NARRATIVA DE APERTURA — leer en voz alta antes de comenzar

"Todos los días, en las escuelas y en los espacios digitales, los jóvenes se enfrentan a batallas invisibles: rumores, aislamiento, burlas, rechazos. A veces comienza con un comentario. Otras veces, con silencio. Pero siempre afecta profundamente a alguien.

En este juego, formas parte de un equipo. Cada uno aporta una fortaleza única. Vuestra misión es mantener el instituto como una zona segura. Os enfrentaréis a situaciones reales que otros jóvenes han vivido. Algunas son sutiles. Otras son dolorosas. Pero todas son reales.

No se trata de ser perfectos. Se trata de estar presentes. Empecemos."

Safe Zone es una herramienta cooperativa de educación no formal diseñada para jóvenes mayores de 13 años. A partir de más de 60 testimonios reales de acoso recogidos durante el proyecto Rewriting the Story, el juego invita a los participantes a explorar, debatir y responder juntos ante situaciones de bullying.

Como facilitador/a, tu papel no es dar respuestas. Es hacer que la conversación ocurra.

¿QUÉ HACE ESPECIAL A SAFE ZONE?

- Las situaciones están basadas en historias reales y anónimas de jóvenes de toda Europa recopiladas durante el proyecto.
- Es cooperativo: el grupo gana o pierde junto. No hay competición.
- Combina estrategia, empatía y toma de decisiones en equipo.
- La reflexión final (puesta en común) es el momento donde ocurre el aprendizaje real.

2. Componentes del juego



CARTAS

- 6 Tarjetas de Rol del jugador
- 32 Cartas de Situación Real
- 8 Cartas de Poder Especial (morado)
- 6 Cartas de Crisis Mayor (rojo oscuro)
- 9 Cartas de Evento Positivo (verde/turquesa)
- 8 Cartas de Evento Negativo (rojo oscuro)



TABLERO Y FICHAS

- 1 Tablero principal con 7 Zonas
- Tablero de Red de Apoyo (11 corazones)
- Fichas de Impacto (tokens)
- 6 Peones de jugador (1 por rol)
- 1 Temporizador (3-5 minutos)



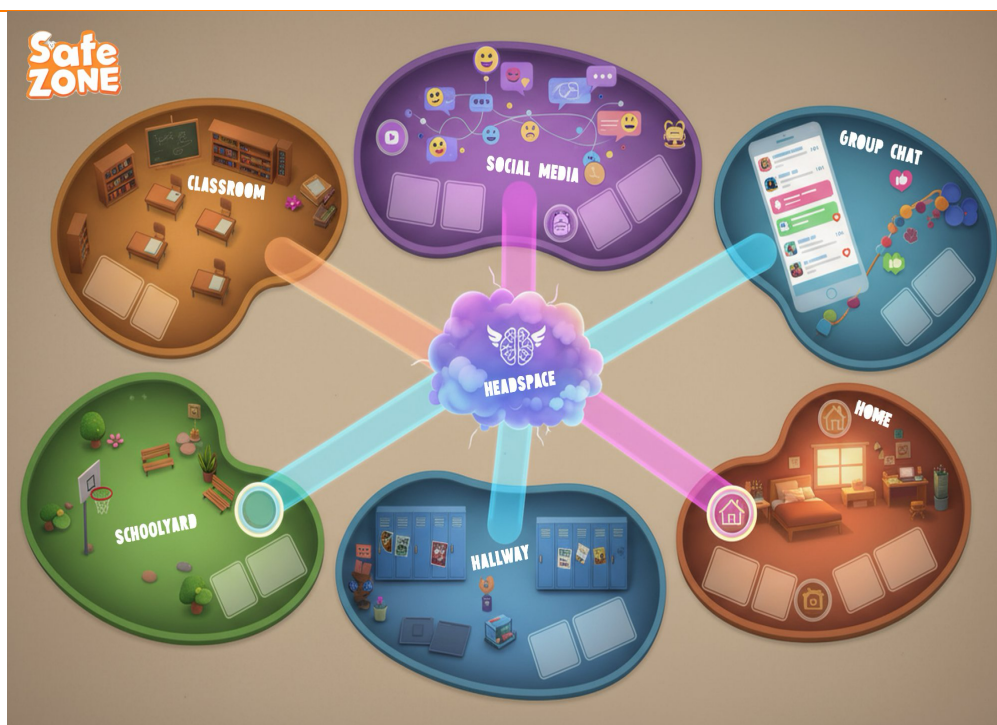
CÓMO PREPARAR EL MAZO DE APOYO

Modo Básico: Mezcla solo Eventos Positivos + Eventos Negativos. Deja fuera los Poderes Especiales y las Crisis Mayor.

Modo Estándar: Mezcla los 4 tipos: Poderes Especiales + Crisis Mayor + Eventos Positivos + Eventos Negativos.

3. El tablero de juego

El tablero representa los espacios físicos y digitales donde ocurre el acoso. Los jugadores se mueven por las zonas para intervenir. El Headspace (centro) es el espacio emocional colectivo: está conectado con todas las zonas.



El Headspace conecta todas las zonas y representa el bienestar emocional del grupo.

ZONA	DESCRIPCIÓN Y TIPO DE ACOSO
 Classroom	El aula. Acoso presencial, exclusión, burlas en clase, intimidación ante el grupo.
 Hallway	El pasillo. Empujones, insultos de camino a clase, encuentros sin testigos.
 Schoolyard	El patio. Exclusión en juegos, acoso físico, formación de grupos cerrados.
 Social Media	Redes sociales. Publicaciones humillantes, fotos sin permiso, acoso viral.
 Group Chat	Chat grupal. Expulsiones, rumores en cadena, capturas de pantalla filtradas.
 Home	El hogar. Aislamiento, cyberbullying nocturno, impacto en la vida privada.
 Headspace	Centro emocional. Conecta todas las zonas. Si se satura, bloquea la reflexión del grupo.

4. Los 6 roles del jugador

Cada jugador recibe una Tarjeta de Rol al inicio. Los roles son complementarios y ninguno puede resolver las situaciones solo. La clave del juego es combinarlos.

ROL	HABILIDAD ESPECIAL · DESCRIPCIÓN
 The Upstander (El Defensor)  Classroom	Habilidad: Una vez por turno, puede intervenir en una zona sin gastar acción, si ya hay otro jugador allí. <i>Valiente y visible. Actúa en situaciones presenciales. Inspira a los demás.</i>
 The Empath (El Empático)  Home	Habilidad: Cuando juega una carta de Apoyo, puede eliminar 1 ficha de Impacto extra de su zona de forma gratuita. <i>Conecta con las emociones. Fundamental para situaciones de aislamiento y tristeza.</i>
 The Quiet One (El Silencioso)  Headspace	Habilidad: Una vez por ronda, puede mirar la siguiente Carta de Situación y ponerla encima o abajo del mazo. <i>Observa antes de hablar. Ayuda al equipo a anticiparse a lo que viene.</i>
 The Connector (El Conector)  Group Chat	Habilidad: Cuando una Situación afecta a una zona digital, puede impedir que se añada 1 ficha de Impacto, una vez por turno. <i>Experto en el mundo digital. Previene la escalada online antes de que ocurra.</i>
 The Artist (El Artista)  Social Media	Habilidad: Una vez por partida y jugador, puede transformar cualquier carta de Headspace en una carta de Apoyo. <i>La creatividad como herramienta de cambio. Convierte el dolor en expresión.</i>
 The Mediator (El Mediador)  Hallway	Habilidad: Una vez por turno, puede mover a otro jugador una zona conectada de forma gratuita. <i>Calma los conflictos. Une al equipo y facilita la coordinación.</i>



NOTA PARA LA PERSONA QUE FACILITA

Con menos de 6 jugadores: usa Upstander + Empath + Quiet One + Connector (4 jugadores), o Upstander + Empath + Connector (3 jugadores). Con 2 jugadores puedes asignar 2 roles por persona.



Ejemplo de tarjeta de rol

¿CÓMO SE LEE UNA TARJETA DE ROL?

- Nombre del rol en grande (ej. The Empath).
- Descripción del perfil del personaje: quién es y cómo piensa.
- Habilidad especial: el efecto mecánico concreto que puede usar.
- Zona de inicio: dónde empieza colocado su peón al principio de la partida.

Cada jugador mantiene su tarjeta de rol visible durante toda la partida para que los demás sepan qué puede hacer.

5. La Red de Apoyo

La Red de Apoyo representa la salud emocional colectiva. Comienza con 10 corazones (mas 1 que llevas puesto). Si todos se rompen, el grupo pierde. Coloca 10 fichas encima de los corazones que irás quitando a medida que se van rompiendo o no.



- ♥ **10 corazones al inicio**
- ♥ -1 corazón al fallar una Situación
- ♥ -1 o -2 por algunas cartas de Evento Negativo o Crisis
- 🏆 **≥1 corazón al final → VICTORIA**

6. Los 4 tipos de cartas del Mazo de Apoyo

El Mazo de Apoyo combina cuatro tipos de cartas que crean la tensión y la cooperación del juego. Cada tipo tiene su propia estética de color para identificarlos fácilmente.

6.1 Cartas de Situación Real (marrón)

Son el corazón educativo del juego. Cada carta describe una situación real de acoso basada en testimonios anónimos recopilados durante el proyecto. Incluyen el nombre de la situación, la zona donde ocurre, el número de fichas de Impacto inicial y una cita directa de quien lo vivió.

CÓMO USAR LAS CARTAS DE SITUACIÓN

Lee la carta en voz alta con calma. Deja que la situación resuene. Un silencio de 10-15 segundos antes de actuar es pedagógicamente más valioso que pasar directamente al debate. La cita en la carta es una voz real: trátala con respeto.

Situaciones incluidas en el juego:

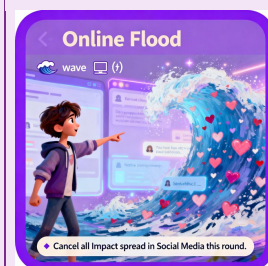
NOMBRE	ZONA	NOMBRE	ZONA
Invisible Shoves	Hallway	Body Shaming	Hallway
The Accent	Classroom	Unseen Crying	Home
Viral Edit	Social Media	No Seat for Me	Classroom
Ghosted	Classroom	My Lunch Wasn't Welcome	Schoolyard
Nickname	Hallway	Laugh Track	Classroom
Kicked from the Group	Group Chat	A Fake Profile of Me	Social Media
They All Knew but Said Nothing	Classroom	Cry for Attention	Social Media
Defender Becomes the Target	Hallway	Screenshots and Whispers	Social Media

6.2 Los 4 tipos del Mazo de Apoyo

PODER ESPECIAL

Cartas que los jugadores guardan en mano y usan en el momento estratégico que elijan. Dan ventajas tácticas únicas que pueden cambiar el curso de una ronda.

Ejemplos: *Team Shift* (intercambiar posición), *Zero Gravity* (ignorar reglas de movimiento), *Hold Space* (parar escalada en 2 zonas), *Online Flood* (cancelar impacto en Social Media), *Flashback Resistance*



	(prevenir Crisis de Headspace), Chain of Care (un jugador actúa de inmediato), Double Down (5 acciones en lugar de 4), Safe Word (bloquear Evento Negativo)	Ejemplo de carta
CRISIS MAYOR	Se activan automáticamente al robarlas. Son los eventos más disruptivos del juego. Generan consecuencias graves para todo el equipo. Solo incluirlas en Modo Estándar. Ejemplos: Shutdown Mode (nadie puede entrar a Headspace), Can't Get Out of Bed (un jugador pierde todas sus acciones), Hopelessness (perder 2 corazones + nueva Situación), Nobody Gets It (cancelar siguiente carta de Acción), Burnout (todos descartan 1 carta), Spiral (añadir 1 ficha a todas las zonas activas)	Ejemplo de carta
EVENTO POSITIVO	Se activan inmediatamente al robarlas o se juegan en el momento indicado. Alivian el tablero, recuperan corazones y dan ventajas temporales al equipo. Ejemplos: School Assembly (todos quitan 1 ficha), Community Workshop (+2 corazones), No One Eats Alone Day (prevenir escalada en Schoolyard y Hallway), Mental Health Workshop (recuperar 2 corazones), Unexpected Ally (limpiar zona completa), Art Festival (quitar 1 ficha de Headspace/Home/Classroom), Peer Support Training (+1 acción a todos)	Ejemplo de carta
EVENTO NEGATIVO	Se activan inmediatamente al robarlas. Añaden presión al tablero, bloquean movimientos o reducen corazones de la Red de Apoyo. Ejemplos: Rumor Storm (+1 ficha en Hallway y Social Media), Viral Rumor (+1 ficha en Social Media y Group Chat), Fire Drill Chaos (jugadores en Hallway/Schoolyard se mueven aleatoriamente), Locked Out (nadie puede entrar a Group Chat), Backfired Message (cancelar última carta de Acción), Bad Joke by a Teacher (-1 corazón), Power Cut (nadie puede usar habilidades de rol), Trigger Video Circulates (-1 corazón)	Ejemplo de carta

7. Preparación de la sesión

7.1 Antes de que lleguen los participantes

- Coloca el tablero en el centro de la mesa, accesible para todos.
- Baraja las Cartas de Situación y prepara un mazo boca abajo.
- Prepara el Mazo de Apoyo según el modo elegido (ver sección 2).
- Coloca el Tablero de Red de Apoyo visible con los 10 corazones.
- Distribuye las Tarjetas de Rol (o elige las adecuadas según número de participantes).
- Cada jugador coloca su peón en la zona de inicio de su rol.
- Ten listo un temporizador de 3-5 minutos.
- Lee todas las Cartas de Situación antes de la sesión: algunas son emocionalmente intensas.

7.2 Número de jugadores y adaptaciones

JUGADORES	ROLES RECOMENDADOS	ADAPTACIÓN
3 jugadores	Upstander · Empath · Connector	Reducir fichas de impacto inicial a 1
4 jugadores	Upstander · Empath · Quiet One · Connector	Juego equilibrado
5 jugadores	Upstander · Empath · Quiet One · Connector · Artist	Sin ajustes
6 jugadores	Todos los roles	Experiencia completa

8. Cómo se juega

● MODO BÁSICO

Para grupos nuevos o sesiones cortas.

- Mazo: solo Positivos + Negativos
- Sin Crisis Mayor
- Foco en el diálogo y la reflexión
- Duración: 60-90 minutos

● MODO ESTÁNDAR

Para grupos con experiencia previa.

- Mazo completo: los 4 tipos de cartas
- Crisis Mayor activadas
- Mayor tensión y complejidad táctica
- Duración: 90-120 minutos

8.1 Estructura de cada ronda (igual en ambos modos)

1

REVELAR LA SITUACIÓN

La persona que facilita roba la carta superior del mazo de Situación y la lee en voz alta. Coloca la carta en la zona del tablero correspondiente y añade las fichas de Impacto indicadas.

2

FASE DE PLANIFICACIÓN — sin temporizador

Cada jugador, en orden, dice en voz alta:

- **¿Dónde me muevo?** Mueve tu peón a la zona donde quieres intervenir.
- **¿Qué haría yo en esta situación real y por qué?** Esta es la fase educativa clave: el jugador argumenta su respuesta desde la empatía.
- **¿Qué cartas o habilidades uso?** El grupo puede debatir estrategia sin límite de tiempo.

3

FASE DE ACCIÓN — con temporizador (3-5 minutos)

La persona que facilita activa el temporizador. El grupo ejecuta el plan: mueve peones, usa habilidades de rol, juega cartas. El objetivo es eliminar todas las fichas de Impacto de la zona antes de que acabe el tiempo. No se puede planificar en esta fase: solo ejecutar.

4

RESOLUCIÓN

✓ Si todas las fichas se eliminan antes de que acabe el tiempo → Situación resuelta. Continúa la partida. ♥ Si no → El grupo pierde 1 corazón de la Red de Apoyo. Se pasa a la siguiente Situación.

5

ROBAR CARTAS DE APOYO

Tras resolver (o fallar) la Situación, cada jugador roba 1 carta del Mazo de Apoyo. Si se roba un Evento (positivo o negativo), se resuelve inmediatamente. Si se roba un Poder Especial o Crisis Mayor (Modo Estándar), se guarda en mano para usarla en el momento elegido.

6**SIGUIENTE RONDA**

Se repite el proceso con la siguiente Carta de Situación. La partida termina cuando se han jugado todas las Situaciones del mazo o cuando la Red de Apoyo pierde todos sus corazones.

 RESUMEN DE UNA RONDA

REVELAR → **PLANIFICAR** (sin timer) → **ACTUAR** (🕒 timer) → **RESOLVER / FALLAR**
→ **ROBAR CARTAS**

9. Acciones disponibles por turno

En la Fase de Acción, cada jugador dispone de 4 acciones por turno (5 si se usa la carta Double Down). Las acciones posibles son:

ACCIÓN	DESCRIPCIÓN
 Moverse	Desplazarte a cualquier zona conectada al tablero. Cuesta 1 acción.
 Reducir Impacto	Eliminar 1 ficha de Impacto de tu zona actual. Cuesta 1 acción.
 Usar habilidad de rol	Activar la habilidad especial de tu tarjeta de rol. Gratuita según las condiciones de cada rol.
 Jugar carta de Acción/Poder	Usar una carta de tu mano para un efecto especial. Cuesta 1 acción (salvo que la carta indique lo contrario).
 Intervenir junto a otro jugador	Si coincides en zona con otro jugador, podéis combinar acciones para eliminar más fichas ese turno.

10. Victoria y derrota



VICTORIA

El grupo gana si resuelve todas las Situaciones del mazo conservando al menos 1 corazón en la Red de Apoyo.

✅ **Todas las Situaciones resueltas +** ❤️
≥1 corazón



DERROTA

El grupo pierde si la Red de Apoyo llega a 0 corazones, independientemente del número de Situaciones resueltas.

💔 **0 corazones en la Red de Apoyo**



LA DERROTA TAMBIÉN ES APRENDIZAJE

Si el grupo pierde, no es un fracaso: es el detonante perfecto para la reflexión. Pregunta: ¿Qué podría haber cambiado el resultado? ¿Hubo momentos en que la cooperación falló? La puesta en común es donde el juego adquiere todo su valor, independientemente del resultado.

11. La red de apoyo: por qué cuesta actuar

"Sabía que estaba mal. Pero si decía algo, me quedaba sola."

Esta frase, recogida en los testimonios del proyecto, resume uno de los mayores obstáculos ante el bullying: no la indiferencia, sino el miedo.

El problema del bystander effect (efecto espectador)

Cuando alguien presencia una situación de acoso, no actuar no significa no importarle. La mayoría de los testigos sienten malestar, pero quedan paralizados por una serie de miedos muy concretos:

MIEDO	LO QUE SE DICE POR DENTRO
😬 Miedo a convertirse en blanco	"Si me meto, el siguiente seré yo."
😬 Miedo al rechazo del grupo	"Si defiendo a esa persona, me quedaré fuera del grupo."
😬 Miedo a equivocarse	"Igual exagero. Igual no es para tanto. Igual meto la pata."
😬 Miedo al silencio de los demás	"Nadie más dice nada. Igual es normal y soy el raro yo."
😬 Miedo a no saber qué hacer	"¿Y si lo empeoro? No sé cómo actuar."

La red de apoyo como antídoto

El juego Safe Zone parte de una premisa central: ningún jugador puede resolver una situación solo. Las mecánicas están diseñadas para que la cooperación no sea opcional, sino necesaria. Pero más allá del juego, este principio refleja la realidad:

La clave no es esperar a ser valiente. La clave es no estar solo cuando decides actuar.

Las investigaciones sobre comportamiento prosocial muestran que la probabilidad de intervención se multiplica cuando existe al menos una persona en el entorno que también actúa. El primer paso es el más difícil, pero si alguien lo da, otros lo siguen.

En Safe Zone, esto se representa con la Red de Apoyo (los corazones colectivos) y con las habilidades de los roles, diseñadas para que los jugadores se cubran entre sí. El Mediator mueve a otros. El Connector protege las zonas digitales. El Empath amplifica el efecto de las cartas. Solos, cada rol tiene límites claros. Juntos, se vuelven mucho más poderosos.

Cómo usar esto en la facilitación

Este es uno de los aprendizajes más valiosos que puede dejar la sesión. Aprovecha la puesta en común para conectar la experiencia del juego con esta realidad:

Preguntas clave para La persona que facilita:

- ¿Hubo algún momento en el juego en que alguien quería actuar pero esperó a que otro se moviera primero?
- ¿Qué habría pasado si un solo rol hubiera intentado resolverlo todo sin pedir ayuda?
- En la vida real, ¿conoces situaciones en las que alguien no intervino por miedo a quedarse solo? ¿Qué habría hecho falta para que actuara?
- ¿Qué pequeño gesto (una mirada, un mensaje, sentarse al lado de alguien) puede ser ya una forma de apoyo?

No hay que ser el héroe principal. A veces basta con ser la segunda persona que da un paso.

**NOTA PEDAGÓGICA PARA LA PERSONA QUE FACILITA**

Si el grupo perdió corazones por no coordinarse, este es el momento de señalarlo sin culpabilizar: "Perdimos este corazón porque cada uno actuó por su cuenta. ¿Cómo podría haber sido diferente?" La derrota parcial es, a menudo, el mejor punto de partida para hablar de lo que significa apoyarse de verdad.

12. La puesta en común — Modelo 4F

La puesta en común es la parte más importante de la sesión. Dedica al menos 20-30 minutos. Forma un círculo donde todos puedan verse las caras. La persona que facilita guía la conversación con preguntas: no da respuestas.

FASE	PREGUNTA PRINCIPAL	PREGUNTAS DE APOYO
 FEELINGS (Sentimientos)	¿Cómo te has sentido durante el juego?	• ¿Hubo algún momento especialmente tenso o difícil? • ¿Cómo te sentiste al trabajar en equipo?
 FACTS (Hechos)	¿Qué ha pasado en el juego?	• ¿Qué Situaciones fueron más difíciles de resolver? • ¿Qué estrategias usó el equipo?
 FINDINGS (Hallazgos)	¿Qué has aprendido o descubierto?	• ¿Reconociste alguna situación en la vida real? • ¿Qué te sorprendió de las reacciones del grupo?
 FUTURE (Futuro)	¿Qué harías diferente en la vida real?	• ¿Qué pequeña acción podrías tomar esta semana? • ¿Cómo puedes ser un Upstander en tu entorno real?

13. Consejos para La persona que facilita

ANTES DE LA SESIÓN

- Juega una partida completa antes de facilitar, aunque sea solo o con un colega.
- Lee todas las Cartas de Situación: algunas pueden resonar personalmente en participantes concretos.
- Decide el modo (Básico o Estándar) en función del grupo y del tiempo disponible.
- Prepara el espacio físico con tiempo. La disposición circular facilita la puesta en común.

DURANTE EL JUEGO

- No intervengas en las decisiones del grupo. Tu papel es gestionar el tiempo y resolver dudas de reglas.
- Si el debate se atasca: "¿Tiene alguien una carta que pueda ayudar aquí?" o "¿Qué pasaría si...?"
- Observa las dinámicas: quién lidera, quién se inhibe, quién se involucra emocionalmente. Son datos para la puesta en común.
- Adapta el temporizador al grupo: más tiempo si necesitan más debate, menos para grupos ágiles.
- Si una Situación remueve emociones fuertes, pausa el juego y crea espacio para que quien lo necesite hable.

DURANTE LA PUESTA EN COMÚN

- El silencio es válido y poderoso. No rellenes cada pausa.
- No hay respuestas correctas. Tu rol es hacer preguntas, no evaluar respuestas.
- Si alguien comparte algo personal: agradece su valentía y mantén el espacio seguro sin profundizar más de lo que esa persona quiera.
- Termina siempre con algo positivo: un aprendizaje, una acción concreta posible, un reconocimiento al equipo.
- La pregunta más poderosa del modelo 4F es la última: ¿Qué harías diferente en la vida real? Deja tiempo para responderla bien.



GESTIÓN DEL TIEMPO — sesión completa

- Preparación + narrativa inicial + presentación de roles: 15-20 min
- Juego (8-10 Situaciones, Modo Básico): 45-60 min
- Juego (8-10 Situaciones, Modo Estándar): 60-90 min
- Descanso recomendado entre juego y puesta en común: 5-10 min
- Puesta en común (Modelo 4F): 25-35 min



GUÍA DE FACILITACIÓN · SAFE ZONE

Rewriting the Story · Erasmus+ KA2 · Empowering Youth against Bullying



TOTAL: Modo Básico 1,5-2h · Modo Estándar 2,5-3h

Safe Zone · Guía de Facilitación · Versión 2.0

Asociación Promesas · Alicante, España

Erasmus+ KA2 · Rewriting the Story · www.promesas.eu ·

javi@promesas.eu

