

familias educadoras

número **57**

El mes de mayo es frenético en las casas salesianas. Hemos celebrado la fiesta de María Auxiliadora siendo la mayor expresión de alegría y comunidad educativa.

El tema que abordamos en este nuevo número es el de la **convivencia** como clave para prevenir problemas de acoso. Dicen que hace falta *una tribu entera para educar a un niño*. En este momento es necesario que *la tribu* nos pongamos manos a la obra para mejorar los espacios en los que tenemos que convivir. Los niños, niñas y jóvenes aprenden más de lo que se ven y experimentan, que de lo que les decimos, por eso asumimos una gran responsabilidad como modelos de referencia.

Esperamos disfrutéis de la lectura. Un saludo.

Noelia Soriano

En este número

■ CONVIVIR ES PREVENIR

Aprender a convivir es la clave para prevenir problemas de acoso

■ Recortables

El respeto y la educación emocional

■ Don Bosco en familia

Gracias María





CONVIVIR ES PREVENIR

Aprender a convivir es la clave para prevenir problemas de acoso.

Aprender a vivir con otros, a relacionarnos, aprender a que las personas somos diferentes y hay que respetar a cada uno... son valores que se desarrollan inicialmente en **la familia como primer agente socializador**.

Cuando los niños y las niñas llegan al colegio, ponen en práctica muchas de las experiencias vividas hasta el momento. **La escuela es un gran “laboratorio de relaciones”** en el que se descubre, se aprende, se practica y se experimenta. **El colegio pasa a ser estrecho colaborador en la compleja y apasionante tarea de educar.**

Convivir en la familia, en la escuela y en el barrio o pueblo, es necesario para un buen desarrollo social, emocional y cognitivo. Estar en relación con otros lleva consigo dificultades y conflictos. Los adultos no lo podemos evitar, pues forma parte de la experiencia que deben vivir, pero sí podemos ayudarles a gestionarlos dándoles recursos.



Hay familias, y cada vez nos encontramos con más situaciones de estas, que pretenden evitar que sus hijos se enfrenten a estas dificultades: son ellos los que intentan resolver las diferencias que su hijo ha tenido con otro niño, movilizan a otros adultos de manera desproporcionada para el hecho ocurrido, justifican la actitud de su hijo y lo sobreprotegen.

La sobreprotección de los niños, no dejarles que se enfrenten a sus dificultades y conflictos, **lleva a la indefensión o la tiranía**: niños que no saben resolver sus problemas del día a día o niños que creen que pueden hacer lo que quieran, sin límites, no importándole lo que puedan sentir los demás.

Cuando estos niños pasan a ser adolescentes, ese “legado de sobreprotección” se convierte en problemas más graves, pues buscan fuera del ambiente de la familia aquellas cosas/lugares/situaciones que le hagan sentir bien de manera inmediata, con el riesgo que ello conlleva.

Uno de los problemas con los que un niño, niña o adolescente puede encontrarse en el colegio, que hoy por hoy tiene una proyección mediática alta, es el **acoso escolar** o también llamado bullying.



El acoso escolar es la intimidación y el maltrato entre iguales de manera repetida y mantenida en el tiempo. Hay una intencionalidad por parte de la persona o grupo y un desequilibrio de poder. Suele ocurrir lejos de la mirada de personas adultas (pero es conocida por los compañeros), se humilla y somete abusivamente a una persona indefensa por parte de una persona acosadora o de un grupo mediante agresiones físicas, verbales y sociales con la consecuencia del temor psicológico y rechazo grupal. Quien lo sufre está en situación de inferioridad y tiene como consecuencia un deterioro en su integridad y sentimientos de inseguridad.

En esta situación **hay tres roles muy diferenciados: la persona que es acosada, la persona que es agresora y el grupo de iguales que observa.**

Un niño, según sus características y las circunstancias del momento, puede ejercer cualquiera de estos tres roles. Las familias sufren pensando que su hijo puede ser la víctima, pero debemos centrar nuestra mirada también en el agresor (que es hijo de alguien y no suelen ser personas que vienen de situaciones de exclusión social). Otro rol que es ejercido por un mayor número de personas, es el grupo de observadores, al que le corresponde dar la voz de alarma y ayudar.

Nos encontramos que uno de los riesgos del uso inadecuado de las redes sociales es que se convierten en una herramienta para los insultos e intimidaciones, y en muchas ocasiones esto está ocurriendo en los grupos de WhatsApp de la clase. **Los padres y madres tenéis una alta responsabilidad en denunciar inmediatamente si se detectan estos comentarios reiterados hacia una persona**, es triste saber que muchas familias por no buscarse problemas no informan de esta situación impidiendo que se resuelva con prontitud. Son observadores al igual que sus hijos.

Está demostrado que, **si se puede intervenir en los primeros momentos que ocurren estas situaciones, no se produce el acoso.**

Un **conflicto** en el que inicialmente un alumno se mete con otro, un día en el que un grupo cuelga una foto de alguien y se ríe en las redes sociales, un momento en el que los alumnos en el patio insultan a un compañero por alguna diferencia que pueda tener... **son situaciones puntuales que deben de ser atendidas:** se podrá ayudar a la persona que ha sufrido esa injusticia, se podrá atender al alumno/os que han sido promotores de ese abuso y se podrá intervenir con el grupo que conoce la situación.

En ese momento no se produce acoso, pero si no colaboramos entre todos, sí puede derivar en un acoso escolar.

**Falsas creencias
(que no ayudan)**

<i>“No es para tanto, son cosas de niños”</i>
<i>“Este niño no es un santo, él también insulta”</i>
<i>“Al colegio no le importa esto que pasa, es un problema de la familia”</i>
<i>“Si te pegan, pega. Si te insultan, tú más”</i>
<i>“No digas nada que serás un chivato y te quedarás sin amigos”</i>

**Creencias adecuadas
(que mejoran la situación)**

<i>“Hay que escuchar, saber qué ha ocurrido y ver cómo poder intervenir”</i>
<i>“Culpabilizar agrava la situación. Hay que ayudarles a que se den cuenta de lo que está pasando y asuman las consecuencias”</i>
<i>“El colegio está para ayudar, acompañar e intervenir. Es necesario contar con los profesores”</i>
<i>“Si alguien te pega o insulta y no sabes resolverlo adecuadamente, busca ayuda de un adulto”</i>
<i>“Si alguien sufre porque otros se meten con él hay que contarlo y apoyar al que está siendo la víctima”</i>

Por eso fomentar **la convivencia** es enseñar a respetar, a resolver problemas, hacerles saber que todos tenemos los mismos derechos, a ser proactivos y a denunciar aquellas situaciones que no son de justicia. Solo así podremos ayudar a nuestros niños, niñas y jóvenes a crear mejores entornos sociales y a ser felices.

Las familias tienen un papel muy importante en el fomento de la convivencia, por ello:

- Generar que el ambiente en casa sea de respeto, de comunicación y resolución de conflictos desde el diálogo.
- Establecer normas, límites y consecuencias.
- Favorecer que los niños se relacionen con personas diferentes y en distintos contextos.
- Desarrollar la empatía (ponerse en el lugar de los demás) y la asertividad (defender los derechos de uno mismo sin vulnerar los de los otros).
- No convertirnos en la red de observadores que permite que sucedan situaciones de desigualdad. Sin alarmar, hay que informar.
- Si eres padre o madre de un niño que sufre o de un niño que abusa, busca ayuda (mejor hoy que mañana).

**Mejorar la convivencia es cosa de todos,
la familia y la escuela deben ser aliadas en esta labor educativa.**



«La revolución del amor comienza con una sonrisa. Sonríe cinco veces al día a quien en realidad no quisieras sonreír. Debes hacerlo por la paz».

Beata Teresa de Calcuta



Educación Emocional

El arte de Educar los corazones





Céntrate en el niño/a y sus necesidades



Ayúdalo a reconocer los pensamientos
¿Qué estoy pensando?



Proporciona un clima positivo
Puedes crecer y desarrollarte

Escucha su corazón
Practica la escucha activa



Favorece la reflexión sobre la conducta
¿Qué estoy haciendo?



Pensamiento Positivo
Piensa bien y te sentirás bien

Enséñale a identificar sus emociones
¿Qué siento?



No reprimas sus emociones.
Aceptalo que sientes y deja que fluya



Muestras de afecto



www.educayaprende.com



DON BOSCO en FAMILIA



GRACIAS MARÍA
 María, madre de Jesús
 Y madre nuestra...
 Tú te preocupaste para que Jesús
 Creciera comprometido
 Con los problemas de la vida.
 Danos la valentía suficiente
 para que nosotros también
 tengamos ojos sensibles
 para observar lo que ocurre
 a nuestro alrededor,
 sin encerrarnos
 en las burbujas del egoísmo.
 María, madre nuestra,
 Ayúdanos a crecer sanos
 Y comprometidos
 Como Jesús,
 Hijo tuyo y amigo nuestro.