

Prevenir el acoso

En todas las etapas de la Educación es clave la observación de nuestros hijos o alumnos, ver cómo reaccionan ante situaciones que se salen de su zona de confort, estar atentos a los cambios de humor que padecen, escuchar qué cuentan del colegio y, sobre todo, no someterles a un tercer grado de forma permanente. Pensar cuál es la mejor manera de llegar a ellos, aprovechando circunstancias que se dan, como comentar una noticia o suceso, cuando cuentan algo que les ha sorprendido, una acción deportiva en una competición, el desenlace de una película o serie, etc. Los padres no podemos bajar la guardia porque pensemos que son más autónomos y pueden ir y venir solos. En esta etapa es cuando más pendientes debemos estar de ellos.

Los afectos se educan o, si no, cogen tal fuerza que tiranizan a la persona. Esto se traduce en que cuando no hay una buena Educación afectiva acaba invadiendo a la inteligencia y el cuerpo.

“Cualquiera puede enfadarse, eso es algo muy sencillo. Pero enfadarse con la persona adecuada, en el grado exacto, en el momento oportuno, con el propósito justo y del modo correcto, eso, ciertamente, no resulta tan sencillo”. Con esta cita de Aristóteles comienza Daniel Goleman su famoso libro sobre inteligencia emocional.

El bullying lo podemos definir como toda relación entre escolares que muestra una falta de respeto a la persona en cualquiera de sus dimensiones: empujones, burlas, desvelar confidencias, aprovecharse, incomunicar y hacer el vacío, obligar a hacer atrocidades, ridiculizar a la familia, prohibir que otros se acerquen, poner motes, insultar por estudiar o por no hacerlo, etc.

Los padres, los principales educadores, podemos hacer mucho con la colaboración estrecha de los docentes, realizando unas buenas tutorías. Los profesionales pueden aportar información objetiva del equipo de profesores que ha observado al alumno en todos los ambientes del colegio: aulas, patios,

comedor, excursiones... desde la etapa de Infantil. Y los padres, en esas tutorías, no van solo a escuchar lo que les dice el tutor, sino que van a aportar datos sobre cómo es su hijo fuera del entorno escolar para que, entre las dos partes, puedan conocer al niño de la manera más completa. Así los padres serán objetivos con sus hijos y les ayudarán a conocerse cómo son. De esta manera, los niños se aceptarán, se querrán y se podrán gobernar, adquiriendo una buena autoestima que les ayudará a tomar decisiones, buenas o malas, pero que tomarán ellos.

El proceso de educar ayuda a crecer a nuestros hijos y es ahí donde se convierten en personas y donde tenemos que estar pendientes: cuidar el cuerpo, dominar el carácter, desarrollar la inteligencia, conquistar la libertad, dominar la realidad, descubrir a los demás, vivir la unión filial, construir la identidad personal que define cómo es cada uno.

Cuestiones como dormir por la noche, una alimentación equilibrada o el auto-

dominio son importantes a la hora de cuidar el cuerpo.

En la forja del carácter, la seguridad es un tema de afectividad. Tenemos que ayudarles a ser seguros. El que no tiene seguridad es impulsivo. La baja tolerancia a la frustración o el pesimismo son aspectos que tienen que trabajar para adquirir confianza en ellos mismos. Qué mejor lugar para aprender a perder que en casa, para que se enfaden y para que les ayudemos a gestionarlo.

El desarrollo de la inteligencia es algo que tenemos muy interiorizado y no voy a detenerme en ello. Sin embargo, la conquista de la libertad puede que sea la que más nos cueste educar, pero se puede conseguir a través del trabajo de la sinceridad, ayudándoles a que se conozcan a fondo y a que deseen mejorar. Entrenando, desde pequeños, el esfuerzo, a salir del aislamiento ayudando a otros, a descubrir la amistad y atreverse a ser libres.

Con todo ello construiremos la identidad personal de cada uno de nuestros hijos, teniendo en cuenta su valía personal, aceptando las equivocaciones como parte del aprendizaje, siendo exigente con uno mismo y comprensivo con los demás, pidiendo perdón y dando gracias, ayudándoles a descubrir la importancia de ser feliz.

Para paliar problemas de acoso, es necesario un buen trabajo de la familia en estrecha colaboración con el colegio para llegar al conocimiento pleno de la situación. Trazar un plan de mejora único para cada caso, en función de los aspectos de la persona que hemos ido citando, haciendo un seguimiento por las dos partes, realizando un refuerzo positivo. No podemos perder de vista que en el bullying todos sufren, el agresor y el agredido.

Lo más importante en esta situación, una vez definida, es que los padres seamos lo más objetivos posibles, ayudados por los profesionales. Llevemos a cabo el plan de mejora trazado, por parte de todos (padres, docentes, hijo/alumno) haciendo un seguimiento exhaustivo a través de una comunicación fluida. ●



PATRICIA CIGARAN
ORIENTACIÓN FAMILIAR
WWW.NCLIC.COM