

Reintegrando la afectividad en el aula como elemento contra el acoso escolar

Por. Alma Edith Aranday Martínez

La problemática del acoso escolar es tema frecuente en nuestras escuelas y nos coloca como docentes ante un gran reto ¿Cómo posibilitar un clima respetuoso en el aula, para que sea un lugar seguro, caracterizado por una cultura de paz?

Te compartimos un dato importante: Estudios de la Universidad Nacional Autónoma de México U.N.A.M (2014) arrojan que entre el 60 y 70% de los niños mexicanos ha sufrido algún tipo de acoso escolar. Ante la problemática los maestros podemos buscar alternativas que nos ayuden a disminuir los estragos que provoca el acoso escolar, en la integridad física y emocional de nuestros alumnos; por ello requerimos valorar nuestro papel coadyuvante, para hacer del aula, un escenario donde la afectividad sea una manera de co-existir.

Crear un clima escolar que aminore la expresión de la violencia que se ve en los medios de comunicación, el entorno familiar y social, resulta urgente.

¿Qué alternativa tenemos?

“Las aulas, tan propicias a la formulación de una verdad abstracta y metafísica, no parecen serlo al tema de la ternura. Desde hace varios siglos la ternura y la afectividad han sido desterradas del palacio del conocimiento”.

L. C. Restrepo

1. Reintegra la afectividad a tu salón de clases.

Entendamos a la afectividad como el conjunto de manifestaciones (emoción, sentimiento y actitud) de una persona hacia los seres que le rodean; el sentimiento, es una expresión mental (neocórtex) de la emoción, es importante que los niños sepan que existen emociones que son tóxicas y pueden enfermar nuestro organismo, tales como: Envidia, rencor, odio, vergüenza; por el contrario, las emociones positivas, son aquellas que nos

hacen bien física, mental, y espiritualmente, como el amor, la alegría, la empatía, la gratitud.

Si los niños pueden contactar con sus emociones y desarrollar su autoestima, podrán respetar lo que les rodea (personas, animales, medio ambiente).

Como docente tú puedes abonar a ese proceso, generando estrategias didácticas que fortalezcan la inteligencia intrapersonal e interpersonal. Recuerda que la primera es la capacidad que tenemos, para contactar con las propias emociones. Te sugerimos que acompañes a los niños a estar con su propio cuerpo, con sus emociones, para nombrarlas y autorregularlas.

Si nuestros alumnos pueden conectar emociones con pensamientos y acciones en congruencia, estamos formando seres con inteligencia interpersonal que los lleve a encuentros humanizados (respetuosos, empáticos, honestos y responsables).

2. Reconoce el clima escolar

Valora si la escuela en la que trabajas ejerce violencia, explícita o implícita; coincidimos con (Restrepo, 2006), cuando asegura que "La escuela es violenta cuando se niega a reconocer que existen procesos de aprendizajes divergentes". No olvides que es necesario conocer a nuestros alumnos (estilos de aprendizaje, inteligencias predominantes, y sus entornos familiares) de tal manera que identifiquemos los factores de riesgo a los que se enfrentan para ofrecerles oportunidades congruentes con sus necesidades, características, tendencias e intereses.

Piensa que para algunos alumnos cuyo entorno familiar es altamente tóxico, la escuela es el único espacio donde pueden ser mirados, confirmados como seres humanos que merecen un trato afectivo y respetuoso.

3. Mantente atento a las relaciones entre tus alumnos

Observa las manifestaciones que se generen entre pares, no límites tu preocupación solamente a la indisciplina que muestren los alumnos frente a normas y lineamientos que los adultos proponen o imponen.

Cuando tenemos niños transgresores de las normas, podemos tener la tendencia de agudizar las reglas e inclusive utilizar los castigos; por desgracia, dichas acciones no resuelven el problema, por el contrario, los castigos

frenarán la promoción de la autonomía, la autorregulación de las emociones y el hecho de que los alumnos asuman la responsabilidad de sus actos. El acosador requiere atención interdisciplinaria, no castigos.

4. Recuerda que nadie puede dar lo que no tiene

Trabaja contigo mismo (a) es decir, reconoce tus propias emociones ya que no hay mejor mediación que el modelaje. Es necesario que como docentes seamos honestos con nuestras manifestaciones emocionales, reconocer nuestra propia "sombra", es decir mirar si somos capaces de ser violentos, de ejercer un uso ilegítimo del poder. Esa mirada introspectiva unida a la posibilidad de reactivar el sentido ético de tu profesión, pueden ayudarte a conectar con la parte bio positiva de tu ser, es decir, con la parte solidaria, respetuosa, empática y afectiva. Esta alternativa, te ayudará a cuidar tu salud emocional.

5. Incorpora en tus actividades, algunas que favorezcan las conductas pro-sociales

Te puede ayudar el diseñar actividades que incorporen el afecto y desarrollo intelectual, aquí te sugerimos algunas, aunque seguramente !tú tienes muchas más alternativas!

- Cuaderno o diario de mis emociones. La posibilidad de escribir lo que pasa con nosotros mismos, favorece nuestra inteligencia intrapersonal, facilita el Darse Cuenta.
- Trabajo corporal (danza, yoga, relajación, mindfulness) Recuerda que somos unidades integrales bio-psico-sociales.
- Literatura. Busca cuentos, narraciones que ayuden a los niños y jóvenes a conectar con sus emociones y nombrarlas un ejemplo de un texto con éstas características es el "El pájaro del alma" de Mijal Snuit.
- El trabajo con el arte, la música, la escultura y cualquier otra manifestación artística puede abonar al hecho de que los niños conecten consigo mismos y con los otros. *Quien logra estar consigo mismo es decir, con su esencia humana, no puede atender contra la esencia humana de otro ser humano.*

Conclusiones

El problema del acoso escolar y las conductas disruptivas de los alumnos son parte de nuestro diario acontecer, dicho problema requiere que cambiemos nuestra mirada; con esto queremos decir que necesitamos mirar desde una dimensión comprensiva a nuestros alumnos, inclusive a aquellos que no han sabido como autorregular sus emociones y son acosadores, la propuesta es mirarlos como personas merecedoras de afecto; esto no quiere decir que vamos a obviar la parte normativa que rige toda sociedad y que genera como principio el respeto a la dignidad humana de todos. El reto es acompañar a los alumnos desde la promoción de una disciplina guiada, firme y afectuosa.

El acoso escolar requiere atención inmediata, no limitada a sancionar al acosador; requerimos trabajar de manera interdisciplinaria e interinstitucional, buscar redes de apoyo, vincularnos con profesionales de otras áreas, y tender un puente con los entornos familiares de nuestros alumnos, no sólo las de víctimas o acosadores, es decir, hagamos **PREVENCIÓN** y para ello la alternativa es regresar la afectividad a nuestra vida cotidiana

Se trata de regresar la mirada a la esencia humana, a lo que sí hay de positivo en nuestra existencia, se trata de evitar la disociación entre el afecto y la cognición, se trata de esperanza, empatía, solidaridad y cultura de paz.

Referencias bibliográficas

1. Mecce, J. (2000). Desarrollo del Niño y del Adolescente. México: Biblioteca para la actualización del maestro, S.E.P.
2. Restrepo, L. (1997). El Derecho a la Ternura. Bogotá Colombia: Arango Editores.
3. Sánchez, M.E. (2007). Emociones, estrés y espontaneidad. México: ITACA