



BULLYING: COMO ENSEÑAR LA "RESILIENCIA" EN LA ESCUELA



Ana Frank nos dejó un hermoso ejemplo de capacidad de resiliencia. Antes de morir, en el genocidio nazi a fines de la Segunda Guerra Mundial, escribió en su diario de vida: *"Yo no pienso en toda la miseria, sino en toda la belleza que aún persiste. Esta es una de las cosas que nos hace tan distintas a mi mamá y a mí. Su consejo, cuando una está melancólica, es: "Piensa en toda la miseria que hay en el mundo que a ti no te toca". Mi consejo es: "Sal para afuera, sal al campo, goza de la naturaleza y del sol. Trata de recapturar la felicidad en ti misma y en Dios. Piensa en toda la belleza que todavía queda alrededor tuyo. Sé feliz."* (7 de Marzo de 1944)

¿QUÉ SIGNIFICA "RESILIENCIA"?

El término resiliencia proviene de la física. Expresa la **capacidad que tienen algunos materiales de recobrar su forma original después de ser sometidos a una presión deformadora.**

Este término fue adoptado por las Ciencias Sociales para referirse a la "capacidad del ser humano para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas e inclusive, ser transformado positivamente por ellas" (**Grotberg, 1995**).

La resiliencia no es un estado fijo, ni acabado, o estable; es un proceso que se construye a largo plazo, de naturaleza dinámica. Puede cambiar a través del tiempo y las circunstancias. Tiene dos componentes

CÍRCULO DE MUJERES DE PAZ



Empoderamiento Femenino:
Averigua por las sesiones de
Coaching Individuales (Presen
o via Skype). Contacto:
luciana@mediacionyviolencia.co

RECIBE NUESTRAS
NOVEDADES

Dejame tu Nombre e Email pa
mantenernos en contacto

Nombre:




E-mail:

Submit

POR CUALQUIER CONSUL
ESCRIBIME A:

luciana@mediacionyviolencia.co

TE INVITO A LEER LOS
POSTS MAS COMPARTIDO
EN LAS REDES

EDUCACIÓN: LA NEUROCIEN
DEMUESTRA QUE EL ELEME
ESENCIAL EN EL APRENDIZ/
ES LA EMOCIÓN, SIN EMOCI
NO HAY ATENCIÓN, NO HAY MEM
APRENDIZAJE, NO HAY MEM
 32  57  34706

BULLYING:EL DESARROLLO
INTELIGENCIA EMOCIONAL
LOS NIÑOS/AS, HACE QUE E
ACOSO NO SE DE EN LA
ESCUELA.(INVESTIGACION)

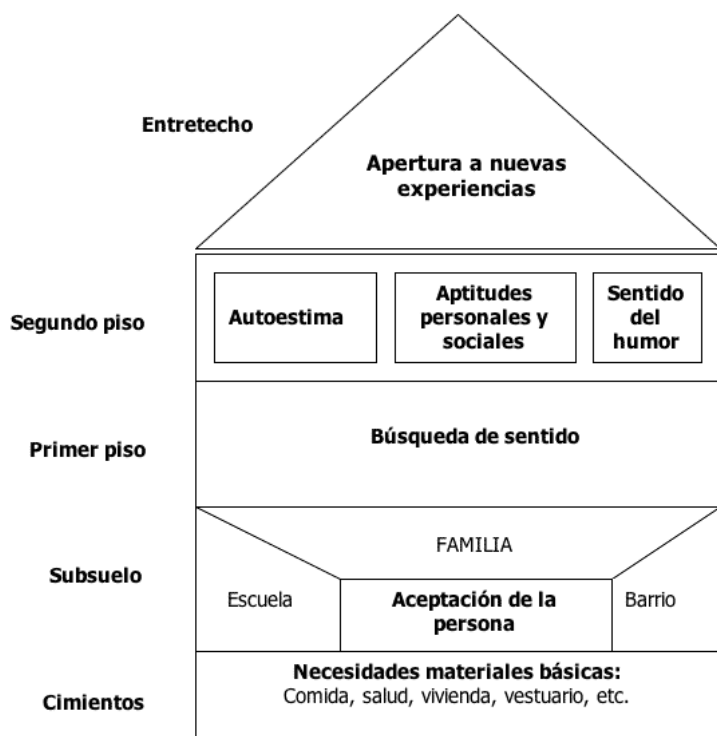
 2  7  634

características asociadas con la resiliencia puede desarrollarse. **La resiliencia nos permite tener una mirada más optimista de la vida.** Frente a situaciones aparentemente sin esperanza, es posible construir un camino de resiliencia, dejar atrás los determinismos de la genética y del medio y abrirnos a la creatividad y a la libertad.

¿CÓMO SE CONSTRUYE LA RESILIENCIA?

Stefan Vanistendael -belga, experto en temas de infancia; autor, junto con Jacques Lecomte de **La felicidad es posible. Despertar en los niños maltratados la confianza en sí mismos. Construir la resiliencia** – desarrolló la imagen de una "casita" para representar en forma esquemática aquellos elementos con los que se puede construir la resiliencia. La "casita" es una pequeña casa compuesta de varios pisos y habitaciones. Cada habitación refiere un campo de intervención posible para la construcción o el mantenimiento de la resiliencia.

- Los **cimientos** representan las necesidades materiales básicas, como la comida y los cuidados de salud.
- El **subsuelo** está formado por los vínculos y redes de contacto. Se necesita al menos un vínculo fuerte con una persona que crea en las potencialidades del niño o niña y lo acepte como es, en forma incondicional. Esta persona puede ser un familiar, un vecino o un profesional. Todos podemos asumir este papel frente a un niño o conocido en dificultad.
- En el **primer piso** se encuentra la capacidad de descubrirle sentido a la vida, lo cual puede estar vinculado a la fe religiosa, al compromiso político o humanitario.
- En el **segundo piso** hay varias habitaciones: la autoestima, las aptitudes personales y sociales, el sentido del humor. Este último transforma la realidad de la vida en algo más soportable y positivo. Las personas capaces de reírse de sí mismos, ganan en libertad y fuerza interior.
- En el **entretecho** hay una gran habitación abierta, para las nuevas experiencias por descubrir. Esto representa la capacidad de creer que la vida no se acaba con la desgracia ni el sufrimiento y que ella aún puede dar sorpresas.



¿CÓMO PUEDE LA ESCUELA AYUDAR A FORTALECER LA RESILIENCIA EN LOS NIÑOS?

Después de la familia, **la escuela es un ambiente clave para que los niños adquieran las competencias necesarias para salir adelante en la vida y desarrollen la capacidad de sobreponerse a la adversidad.** Aunque en muchas escuelas existen obstáculos para construir resiliencia en sus

ENSEÑA HOY QUE EL BINOMIO EMOCIÓN-COGNICIÓN ES INDISOLUBLE

[+1](#) 2 [t](#) 5 [f](#) 425

NEUROEDUCACION: EDUCAR CON EL CEREBRO Y LA EMOCION

[+1](#) 0 [t](#) 3 [f](#) 415

BULLYING: DAÑA MÁS QUE EL MALTRATO FAMILIAR Y EL ABUSO

[+1](#) 0 [t](#) 7 [f](#) 312

INTELIGENCIA EMOCIONAL: SABIAS QUE LA RAZÓN Y LA EMOCIÓN VAN DE LA MANO, SI UNA NO SABE REGULAR LA OTRA NO APRENDE NI PUEDE PRESTAR ATENCIÓN

[+1](#) 4 [t](#) [f](#) 306

CATEGORÍAS

- Aaron Swartz
- Acoso en el Noviazgo
- Acoso Escolar
- Acoso Inmobiliario
- Acoso Laboral
- Acoso Vecinal
- angeles rawson
- Autoestima
- Blockbusting
- Blocking
- Blog
- Brand Bullying
- buenas practicas restaurativas
- Bullying (Acoso Escolar)
- bullying CABA
- Bullying de Verano
- bullying homofobico
- Bullying Japon
- Bullying Prov de Bs As
- Bullying Relacional
- Bullying y Deporte
- BullyNoviazgos
- BurnOut
- Cambio en la Educación
- Campaña Ley Argentina de Acoso Escolar
- Campaña MyV Decile no al Acoso Escolar



Pasos 1 a 3: Mitigar el efecto del riesgo en la vida de niños y jóvenes

1. Enriquecer los vínculos positivos, con los padres y con los alumnos, fortaleciendo, por un lado, las conexiones entre los apoderados y la escuela, y por otro lado, la vinculación del alumno con el aprendizaje y su permanencia en la escuela. Lo primero se logra instaurando una fuerte participación de la familia en la escuela y lo segundo, ofreciéndole a los estudiantes actividades variadas, como arte, música, deporte, tareas de servicio y muchas otras, después del horario escolar, que refuercen su sentido de pertenencia a la escuela.
2. Fijar límites claros y firmes, explicitando las expectativas de conducta en la escuela. Es aconsejable que los alumnos participen en la determinación de normas de conducta y de procedimientos para hacerlas cumplir. Los límites deben basarse en una actitud afectuosa, no punitiva.
3. Enseñar habilidades para la vida, tales como cooperación, resolución de conflictos, destrezas comunicacionales, toma de decisiones, manejo sano del estrés, trabajo en equipo.

Pasos 4 a 6: Construir resiliencia

4. Brindar afecto y apoyo, es decir, dar respaldo y aliento en forma incondicional. Este paso es el más importante, ya que parece casi imposible "superar" la adversidad sin la presencia de afecto, que no necesariamente debe provenir de familiares cercanos. Lograr esto en la sala de clases requiere que el docente ocupe tiempo para construir relaciones personales con sus alumnos y alumnas, ya que significa tomarlos en cuenta a todos, estimular a los reticentes; detectar y aprovechar las fortalezas de cada uno; preocuparse e intervenir cuando uno de ellos enfrenta circunstancias difíciles.
5. Establecer y transmitir expectativas elevadas y realistas que funcionen como motivadores eficaces, sin sobrecargar a los estudiantes. Transmitir mensajes a los alumnos del tipo "convéncete que eres capaz, esfuérzate otro poco", "este trabajo es muy importante y sé que tú puedes hacerlo bien". Los docentes expresan expectativas elevadas cuando establecen relaciones personales con cada alumno y se preocupan de él, cuando aplican un método de enseñanza más personalizado y cuando valoran la diversidad.
6. Brindar oportunidades de participación significativa, dándole a los alumnos una alta cuota de responsabilidad, ya sea para fijar metas, ayudar a otros, resolver problemas, tomar decisiones, entre muchas otras. Se trata de contemplar a los alumnos como "recursos" y no como objetos o problemas pasivos. Esta participación se debe extender a la vida familiar y comunitaria.

¿CUÁL ES EL PERFIL QUE PREDOMINA EN MIS ALUMNOS Y ALUMNAS?

A continuación se presenta un cuadro -basado en las figuras 2.1 y 2.2 presentadas por Nan Henderson y Mike M. Milstein en **Resiliencia en la escuela** (Paidós:2003) - que muestra el perfil de un alumno o alumna con rasgos de resiliencia y el de otro que necesita, claramente, desarrollar esta capacidad.

Pasos	Perfil de un alumno con rasgos de resiliencia	Perfil de un alumno que necesita mejorar su resiliencia
1- Enriquecer los vínculos positivos	Se conecta con al menos un adulto de la escuela. Participa en alguna actividad antes, durante o después del horario escolar. Participa en trabajos grupales. Tiene una conexión positiva con el aprendizaje.	No cuenta con adultos ni compañeros positivos. No participa en actividades escolares. No entabla relaciones cooperativas con pares. Está privado de los beneficios del aprendizaje.
2- Fijar límites claros y firmes	Comprende y respeta las reglas de la escuela. Participa en la determinación de las reglas o normas de su sala, escuela.	Se siente confundido en cuanto a las reglas y expectativas escolares. No le encuentra sentido a las reglas. No participa en la determinación o cambio de las reglas o normas del establecimiento.
3- Enseñar habilidades para la vida	Es asertivo, sabe cómo resolver un conflicto en forma sana, adopta buenas decisiones y maneja su estrés.	No participa de un proceso sistemático de desarrollo de habilidades para la vida. Presenta conducta inapropiada. Rara vez es asertivo, no sabe resolver en forma sana los conflictos, no maneja bien su estrés ni tiene habilidad para

- Ciber Acoso
- Ciberacoso en el Trabajo
- Ciberacoso: 1 fiscalia en CABA
- Ciberciudadania
- ciberconvivencia
- circulos de dialogos
- Circuitos Restaurativos
- coaching
- coaching para niños
- coaching traspersonal
- Colonias de Vacaciones y el Bull
- comunicacion eficaz
- Comunicación No Violenta
- Conductas Restaurativas
- CONVIVENCIA ESCOLAR
- Cristina Di Radio Ley de bullying
- CyberBullying (Acoso Digital)
- Cyberbullying y Vacaciones de \
- Cybercrime
- CyberLaw
- Daniel Goleman
- DeepWeb
- Déficit de Atención
- derechos de los niños y niñas
- destacado1
- destacado2
- Dra Luciana Cataldi
- educacion
- educacion emocional
- Educación en Valores
- educacion finlandia
- Empatia
- Fernando Onetto
- generacion selfie
- grooming
- Guía Federal de Convivencia Democrática
- Guías Federal de Orientaciones p
- intervención educativa
- Habilidades Sociales
- Hostigamiento Laboral
- I Congreso Internacional de Mob
- Bullying
- identidad digital
- II Congreso de mobbing y bullyir
- Argentina
- Innovación

	pertenencia a la escuela. Visualiza la escuela como una comunidad. Se siente reconocido y premiado, de diferentes maneras.	No recibe reconocimientos positivos.
5- Establecer y transmitir expectativas elevadas y realistas.	Cree que toda meta o aspiración positiva puede ser alcanzada. Demuestra confianza en sí mismo y en los demás. Se da ánimo a sí mismo y a los demás a hacer algo "lo mejor posible".	Tiene la sensación de que "yo no puedo". Se describe en forma negativa. Tiene poca confianza en sí mismo. Se menosprecia a sí mismo y a los demás. Expresa limitaciones personales basadas en el género, etnia, nivel de ingreso familiar u otros factores.
6- Brindar oportunidades de participación significativa	Considera que sus opiniones son tomadas en cuenta. Ayuda a sus compañeros, realiza actividades de servicio comunitario, colabora en la vida escolar. Se siente seguro al enfrentar desafíos nuevos.	No reconoce talentos ni habilidades personales, siente que se ignoran sus ideas, opiniones, etc. Es pasivo. Es apático. Duda de su capacidad de hacer un aporte significativo en su entorno.

ACTIVIDADES PARA REALIZAR CON LOS ALUMNOS Y ALUMNAS:

- Investigar y comentar sobre la vida de alguna persona destacada que haya debido enfrentar y superar situaciones adversas en su vida, como Stephen Hawkins, Christopher Reeves, Hellen Keller, Rigoberta Menchú, Ana Frank, entre muchos otros.
- Entrevistar a alguien conocido que haya superado situaciones adversas, escribir una breve biografía sobre su vida, leerla y comentarla con los compañeros de curso.

REFLEXIÓN PERSONAL:

- Examina tu capacidad de resiliencia: ¿En qué circunstancias te sobrepusiste a la adversidad? ¿Quién te ayudó? ¿Qué características resilientes puedes detectar en ti? ¿Cómo podrías mejorar tu resiliencia?
- Observa con atención el cuadro y piensa en el perfil de la mayoría de tus alumnos y alumnas. ¿A qué grupo corresponden: a los que necesitan mejorar su resiliencia o a los que tienen rasgos ya contruidos de resiliencia? Revisa tus propias conductas: ¿ayudan a sus alumnos a mejorar en este proceso? ¿Qué podría hacer para reforzar la resiliencia de sus estudiantes?
- Intercambia tus experiencias con los demás miembros de tu escuela. Identifiquen lo que están haciendo bien en cada uno de los seis pasos y lo que conviene mejorar. En conjunto, elaboren un plan de acción para mejorar la capacidad de resiliencia de sus alumnos y alumnas.

Artículo publicado en la revista Aula Creativa K-4, julio del 2004.

REFERENCIAS:

- Henderson, Nan y Milstein, Mike M.: *Resiliencia en la escuela*, Editorial Paidós, Buenos Aires, 2003.
- Millicic, Neva: *Creo en ti*, Ediciones LOM, Santiago de Chile, 2001.
- Cyrulnik, Boris: *La maravilla del dolor*, Ediciones Granica, Buenos Aires, 2001.

POSTS RELACIONADOS

- Educacion: Scratch una plataforma para que los chicos aprendan a programar gratis
- Capacitaciones y Talleres en Bullying, Ciberacoso, Comunicacion No Violenta, Prácticas Restaurativas Juveniles y Mediación Educativa
- Educacion: Que es un circulo de dialogo? Practicas para un buen convivir
- Educacion: Escuela de USA, revoluciona con su método de educacion #Finlandia #neurociencias

Justica restaurativa
Justicia Restaurativa
la voz del interior
ley 26892 Promocion de la convi y abordaje de la conflictividad ac escolar
ley antibullying argentina
Ley de Grooming
Ley de promoción de la convivir abordaje de la conflictividad soc
Luciana Cataldi
Marshall Rosenberg
Masacre de Connecticut
Masacre de Sandy Hook
mediación comunitaria
Mediación Escolar
Mediación Escolar Restaurativa
Mediación Integradora
Mediación Restaurativa
meditación y mindfulness en la escuela
menores en internet
midfullness
Mindfulness para niños/as
Mobbing
Mobbing-Acoso Laboral
Nativos Digitales
netiquetas
Neurociencias
neuropsicoeducacion
NeuroSer
Niños Medicados
Nuevos Modelos de Educación
Observatorio de Convivencia Esc
One direction bullying
pedagogia de la alteridad
Perez esquivel
Practicas Restaurativas
Prácticas Restaurativas en la Esc
Prevención del Bullying
Prevencion del Ciberacoso
Programa NeuroSer
Proyecto de Ley de Atención Intr ante la Conflictividad en la Escue redes sociales
Reputacion 2.0
Rigoberta menchu



ACERCA DE MYV

JORNADAS Y CAPACITACIÓN

CONTACTO

BLOG MYV

TAGS:

ACOSO ESCOLAR

BULLYING EN LAS COLONIAS DE VERANO

CONSEJOS DE EDUCACIÓN

CYBERBULLYING

LEY DE BULLYING EN ARGENTINA

LUCIANA CATALDI

NATIVOS DIGITALES

NIÑOS MEDICADOS

OBSERVATORIO DE CONVIVENCIA ESCOLAR

VIOLENCIA ESCOLAR

8 COMENTARIOS

ERMMMMCEDESMMMMMMM 4 Junio, 2014 at 10:59

RESPONDER

muy interesante y de mucha ayuda. Gracias

JUAN GUILLERMO SALDARIAGA MESA 4 Junio, 2014 at 14:39

RESPONDER

muy interesante el tema,y ademas ocurre tambien mucho en nosotros los adultos,...en el trabajo,en el vecindario etc.

CLAUDIA MENGUAL 24 Junio, 2014 at 9:18

RESPONDER

hola!! muy buena la explicacion!! estoy buscando este tipo de informacion, porque me invitaron en el colegio secundario de mis hijos, a formar parte de una comision de convivencia. Obviamente para tratar estos temas. Simplemente soy una mamá, ama de casa, con muchas ganas de ayudar en esto. Por eso necesito me den todo el material que puedan, para leer y poder compartirlo con las otras mamás!! desde ya muchas gracias por su atención y ayuda!!!

CAROLINA 31 Mayo, 2015 at 9:22

RESPONDER

Estoy muy interesada en adquirir todas las herramientas posibles para ayudar a tantos alumnos con problemas de violencia de diversa indole y aplicarlas en el trabajo en grupo que es tan complicado.. Solo soy docente pero hoy por hoy es indispensable nuestra preparacion mas especifica en este tipo de situaciones dada la realidad social actual en la que estamos viviendo.. Muchas gracias

LUCY 29 Julio, 2015 at 22:40

RESPONDER

Excelente, claro y muy comprensible

- Talleres de Educación
- Talleres sobre Acoso Laboral
- TDAH
- Tecnicas para Maestros
- TED
- Tics
- victima de cyberbullying
- Victimas de Blocking
- Victimas de Bullying
- Violencia en la Educacion
- violencia escolar



ACERCA DE MYV

JORNADAS Y CAPACITACIÓN

CONTACTO

como de los próximos eventos que están para octubre. Nos encantaría crear una red de colaboración e interrelacionar con los objetivos a fines.

Atte. un servidor y amigo. Antonio Pérez v.

Centro de solución de Conflictos mediador AJ.

Guadalajara Jalisco, Méx.

centromedioraj@gmail.com

BLOG MYV

ROXANA 22 Octubre, 2015 at 11:46

RESPONDER

les agradezco enormemente que tengan una pagina tan enriquecedora la verdad que como docente he aprendido mucho

LUZMARINS 3 Agosto, 2016 at 22:35

RESPONDER

Excelente tema para trabajar con los niños y darles oportunidades en cada uno de los talentos y habilidades que tiene cada personita para hacerlos sentir como se lo merece importantes y que no tengan pensamientos negativos siempre dedicándole un espacio...

POSTEÁ TU COMENTARIO

Escribe tu comentario aquí

Your full name

E-mail address

Website

ENVIAR

MEDIACIÓN Y VIOLENCIA COPYRIGHT © 2012-2016

Todos los derechos reservados. No copiar contenido sin autorización de MyV, o sin dar el debido y correcto crédito al autor (QUE SE VEA).

RECIBE NUESTRAS NOVEDADES

Dejame tu Nombre e Email para mantenernos en contacto

Nombre: [input field]

E-mail: [input field]

Submit

CAPACITACIÓN EN TODO EL PAÍS VÍA SKYPE SOLICITALA ESCRIBIENDO A:

luciana@mediacionyviolencia.com.ar.

Te recomendamos este nuevo sitio que lanzamos: Ci de Mujeres de Paz.