



¡Ayúdame, Maestra!

Prof. María Carolina Castro Celis

El 100% de mis pacientes llegan a consulta por presentar fobias, ansiedad, angustia, miedo, pesadillas, fantasías suicidas, problemas en su aprendizaje, etc. El 93% de ellos, debido al *bullying* escolar.

La vida y la salud emocional de nuestros niños está en peligro cuando caen en riesgos de este tipo, experiencias que pueden marcar su existencia entera. Es una situación, que, a nivel mundial, se está presentando y que pareciera que no tiene posibilidad de erradicarse. Sin embargo, yo creo firmemente que si podemos hacer mucho.

Para mí esto es un problema de adultos y por lo tanto somos los adultos los llamados a actuar con firmeza, claridad, sin ambigüedad, con amor y seguridad. Mientras tengamos padres y docentes sanos, podremos luchar contra el flagelo social y tecnológico que está insensibilizando nuestra especie y asegurar una generación de relevo más fraterna.

Mi experiencia manejando niños neurotípicos y también con niños con necesidades especiales, integrados perfectamente, me permite compartir con ustedes cuatro pasos fundamentales que nos llevarán a alcanzar el éxito.

1. **Sensibilizar** a los docentes y padres
2. **Prevenir** enseñando principios éticos y educando desde el amor y la cooperación – lo que desarrolla la sensibilidad de los niños.
3. **Intervenir** inmediatamente que se observa la conducta inadecuada
4. **Tumbar** barreras

Preocupa muchísimo ver como los adultos están propiciando el maltrato. Los padres desde los hogares o inmiscuyéndose en los asuntos de la escuela; y los docentes cansados, asustados, mal preparados y con historias de vida muy complicadas.

En el aula no hay respuestas contundentes ante el maltrato porque se teme violentar los derechos de los muchachos. Eso significa que la confusión ante este tema es muy profunda y necesitamos aclarar, crecer en autoestima, empoderarnos de nuestro rol de docentes, poner límites y trabajar en nuestra propia sensibilidad.

Los padres tienen la responsabilidad de **PREVENIR** en el hogar y los docentes han de entender que es dentro del aula, donde se **RESUELVE** el problema. Por lo tanto, es necesario:

Trabajar en la propia **sensibilidad**. El docente debe asumir y estar abierto al cambio, a darse permiso para modificar y aprender, asumiendo el reto personal de Atender, Aceptar Y Contener.

Y es a partir de allí, desde su nuevo ser sensible, como podrá enseñar, formar, guiar y vivir, junto a sus alumnos, la bellísima labor **preventiva** que despertará conciencias y nos acercará a la dignidad y la fraternidad. Esta prevención consiste en formar en *principios éticos* desde un ambiente de seguridad, confianza, apoyo y colaboración. Las aulas han de ser espacios para que los niños se sientan felices, seguros y apoyados y esto podremos lograrlo si enseñamos a:

- A. No hacer daño a ningún ser vivo con pensamientos, palabras y acciones
- B. Mantener un habla útil, noble y honesta
- C. No tomar lo que no nos ha sido dado
- D. No intoxicarnos con lo que comemos, bebemos, vemos, escuchamos y las relaciones interpersonales que escogemos.

Estos preceptos éticos deben ser enseñados teóricamente y usarse en la dinámica diaria. El docente debe ser ejemplo, primeramente, y luego el guía que **intervenga** certeramente en el instante en que se presente la conducta inadecuada, enfrentando la emoción que aflora durante el hecho y haciéndole ver a las partes, el sufrimiento que produce y la necesidad de atender para no repetir el daño causado.

Es importante también que los niños experimenten las **consecuencias** de sus acciones: Pedir disculpas, tiempo fuera, resarcir el daño, comprometerse a no repetirlo, colaborar con su compañero agredido, etc. Y por supuesto, es vital, que los espectadores manifiesten su malestar, asuman una postura acorde a los preceptos éticos enseñados y muestren al agresor, con respeto y firmeza, su desacuerdo. De esta manera no se reforzará la conducta maltratadora.

Reúna también a sus representantes. Enséñeles igualmente dichos preceptos y pida que en el hogar también se pongan en práctica. Trabajando en equipo y con congruencia, la meta se alcanzará con mayor rapidez. Si necesita ayuda especializada, en los padres conseguirá buenos aliados.

El cuarto punto es muy importante también. Los docentes tienen una enorme responsabilidad de **tumbar los obstáculos** que encuentran en el camino:

1. Entender que todos tenemos derecho a relaciones humanas dignas y amorosas y abrir espacios para atender, desde el amor, las necesidades de sus alumnos. Además de aprender las materias instrumentales los muchachos necesitan:

• Respeto	Seguridad	Caricia
• Juego	Comunicación	Compañía
• Empatía	Aceptación	Tiempo
• Amigos	Congruencia	Sinceridad
• Confianza	Tolerancia	Paciencia
• Flexibilidad	Alternativas	Comprensión
• Aplausos	Límites	Diversión

Si estas necesidades están cubiertas, los objetivos escolares florecerán con más rapidez y armonía. Primero que sean felices, luego leer y escribir será un paseo.

2. Suelte sus prejuicios. Dele paso a la atención consciente y al presente, actuando con seguridad y sin miedo mientras su objetivo sea honesto, amoroso y fraterno.
3. Atrévase a asumir nuevos retos. Estudie, investigue, aprenda y permita que sus muchachos le enseñen. Ellos son nuestros mejores maestros.
4. Luche contra el cansancio y la desmotivación. Las condiciones de nuestra profesión no son las mejores, pero si tenemos una actitud de aceptación incondicional y de sacar de nosotros lo mejor, nos contactaremos con nuestra inconmensurable misión de servicio, la que nuestro Señor Jesús nos encomendó, y nuestro ser reaccionará con energía, ilusión, alegría y deseos de hacer y ser cada día mejor.
5. ¡Cuidado con el uso del celular! Esta es una barrera muy triste y difícil de saltar. Los niños están entendiendo que, para su maestra, el teléfono es más importante que ellos mismos. Déjelo dentro de su cartera, lejos de su vista y de los muchachos. Enfrente la adicción que ya existe y que no le permite funcionar sin él y contáctese con el presente, con la emoción, con la ternura, con la alegría consciente de ser usted quien define y moldea el futuro exitoso de las generaciones de relevo. Necesitamos urgentemente una sociedad de PAZ.

El *bullying*, dentro del aula es responsabilidad de los docentes. En el hogar, de los padres. En la escuela, del personal directivo y de orientación. Y en la consulta, del terapeuta.

Hagamos equipo y lo lograremos. ¡Paz, paz, paz!