

ARTÍCULO HERALDO. Febrero 2017

Cómo enseñar a los hijos a defenderse y a resolver conflictos.

La familia, junto con la escuela, tienen la tarea de proporcionar la seguridad emocional que necesitan los niños/as para enfrentar los conflictos que les van surgiendo, tanto en el ámbito escolar como en casa.

Existen actitudes y acciones que se pueden llevar a cabo y previenen el sentimiento de indefensión en los niños/as, sentimiento que dificulta que ellos puedan protegerse adecuadamente ante cualquier posible agresión, y así puedan dejar de ser vulnerables ante estas situaciones.

Así que propongo que madres, padres y educadores aumenten su poder interior y lo trasladen a los niños/as estando ON y OFF en las siguientes acciones:

1.- ON: En creer que los niños tienen derecho a defenderse y que son capaces de ello; verbalizándolo con naturalidad, y así proporcionando la confianza y apoyo necesaria para que ellos encuentren sus recursos interiores, que ya poseen, o los vayan adquiriendo con nuestra ayuda, ideas, propuestas y apoyo.

OFF: En resolver los conflictos de los niños, como si no fueran capaces de hacerlo ellos con nuestro ánimo y confianza.

2.- ON: En mostrar interés por lo que a los niños les está sucediendo y les preocupa, escuchándoles empáticamente, tomándonos en serio y dando la importancia que tienen “las cosas de los niños”, que es mucha. De este modo preguntaremos por cómo se sienten y qué necesidad emocional tienen en esa situación, ayudándoles a ver el camino de cómo satisfacerla.

“Los conflictos y la violencia aparecen allí donde las personas sienten que se limitan sus necesidades” M.B Rosenberg.

OFF: En dar por hecho qué es lo que les está pasando, sacando juicios e ideas preconcebidas, que nos hace tener una idea “estática” del otro, lejana a la realidad y a sus necesidades emocionales.

3.- ON: En percibir el enfado como una emoción valiosa, que proporciona la energía necesaria para resolver los conflictos y que ayuda a los niños a defender su espacio en posibles ataques.

OFF: En percibir el enfado como “algo a evitar”, transmitiendo a los niños/as “que no es bueno enfadarse”, cortando el impulso natural que ellos necesitan para protegerse.

4.- ON: En diferenciar el enfado “que resuelve”, que ayuda a poner límites y a conseguir ser respetado; del enfado “que agrede”, que se deja llevar por la ira. Y así poder transmitirles a los niños de forma clara, que tienen derecho a defenderse (poniendo límites, verbal y corporalmente) y que no tienen derecho a agredir.

OFF: Asociar enfado con ira, promoviendo guardar interiormente el enfado que resolvería situaciones, y permitiendo que se vaya convirtiendo en ira y resentimiento que puede “explotar” en cualquier momento.

Y como siempre, teniendo mucha paciencia con nosotros mismos como educadores, comprometidos en la mejora personal y en continuo crecimiento. Y mucho humor os deseo!

Conchita Berruete Martínez
Pedagoga y Terapeuta