

Capítulo 10

EL NIÑO NO RESILIENTE

La resiliencia es la capacidad humana para *hacer frente a las adversidades de la vida* y tratar de superarlas.

Los niños necesitan adquirir resiliencia a través de adultos que la fomenten. Desgraciadamente, bastantes adultos (y algunos padres) transmiten mensajes contradictorios que inhiben o aplastan la resiliencia. Ello ocasiona que muchos niños, demasiados, se sientan desvalidos y tristes y piensen que no se les quiere del todo.

Ya decíamos (cap. 9) que lo que determinaba nuestros sentimientos sobre los sucesos que nos ocurrían era el significado que nosotros les dábamos a esos sucesos.

Rafa es un niño de 4 años a quien siempre le está pegando Agustín. A veces lo tira al suelo y le da patadas. Si Rafa le dice que lo deje tranquilo, entonces es peor porque Agustín se enzarza aún más con él. Rafa le ha cogido miedo, pero no se atreve a contárselo a nadie por temor a las represalias de Agustín. Un día que fue su madre a recogerlo, encontró a Rafa desaliñado, y éste no tuvo más remedio que contarle todo.

Raúl es un niño que está rodeado de afecto y posee gran autoestima. Sin embargo, le falta disposición para las relaciones humanas; no sabe comunicarse con los demás y carece de empatía.

¿Son estos niños, Rafa y Raúl, resilientes?

Desgraciadamente, no.

A Rafa le falta una fuente de resiliencia (*PUEDO*). No es resiliente porque no es capaz de hablar sobre lo que le está pasando y así nunca encontrará alguien que le ayude cuando él lo necesite. Tenía que habérselo contado a su maestra hasta conseguir que Agustín dejase de pegarle.

Tampoco Raúl es un niño resiliente.

Tiene unas buenas premisas para serlo, pero le falta la fuerza interior para abrirse a su entorno, lo que le impide reconocer los sentimientos de los demás (*empatía*) y transmitir los suyos. Así, difícilmente podrá contar con ayuda para resolver sus problemas vitales.

1. CARACTERÍSTICAS DE LA RESILIENCIA

La resiliencia es el producto de una combinación de características. Éstas son, según GROTBORG y SUÁREZ (1996), las fuentes de resiliencia: *TENGO*, *SOY/ESTOY*, *PUEDO*.

El niño resiliente puede recurrir a la fuerza interior (*SOY/ESTOY*) que usted le ayude a adquirir, puede recurrir a la habilidad con las relaciones humanas (*PUEDO*) que usted le ayude a cultivar, y al apoyo que usted le brinde (*TENGO*).

Un niño no sería resiliente en los siguientes casos:

- Si no tiene fuerza interior (*SOY/ESTOY*).
- Si no tiene buena disposición para las relaciones humanas (*PUEDO*).
- Si no sabe comunicarse con los demás o resolver sus problemas (*PUEDO*).
- Si no tiene a nadie que le ayude.
- Si no tiene modelos que le enseñen cómo actuar (*TENGO*).

Así mismo, el niño no resiliente no sabe actuar

adecuadamente y se rebela contra lo que ya no tiene remedio.

De hecho, ni la mayoría de los niños son resilientes, ni la mayoría de los padres le ayudan a adquirir resiliencia. Ello se debe a que la gente no sabe qué es la resiliencia ni cómo fomentarla en los niños.

He aquí otros ejemplos de personas no resilientes:

Regina es una atractiva adolescente, buena dibujante y muy admirada por sus compañeros. Un día se cae y tienen que enyesarle el brazo derecho. Desde entonces siempre está poniendo pretextos para no ir a clase.

Regina ha cambiado de Colegio. Está muy contenta con su nueva clase porque ha encontrado una amiga con la que suele compartir sus secretos.

Un día su amiga se traslada a otro Centro. Desde entonces, Regina no se encuentra a gusto en su clase y quiere irse del colegio.

Un bebé se ha hecho pipí y comienza a llorar porque se siente incómodo (mojado). La cuidadora le cambia los pañales y lo suelta en la cuna. El bebé sigue llorando.

Esta relación cuidadora-bebé no fomenta la resiliencia. El bebé, además de pañales limpios, requiere afecto, cariño y contacto físico. Necesita que lo arropen y lo cachucheen.

Josema ha ido a comprar al supermercado. Allí ha visto unas chokolatinas muy atractivas y, sin pensarlo dos veces, se las ha metido en el bolsillo sin que nadie lo vea. Cuando llega a su casa, su madre se da cuenta y se las quita. Josema empieza a llorar y su madre acaba dándole las chokolatinas.

Josema, con el paso de los años, se ha ido acostumbrando a llevarse las cosas que le gustan sin pagarlas. En más de una ocasión se ha visto en situaciones muy "engorrosas". Su madre siempre lo ha disculpado diciendo que son cosas de niños.

Una madre resiliente hubiera acompañado a su hijo a devolver las chocolatinas o a pagarlas, exigiéndole que pidiese disculpas. Ese acto de sumisión habría repercutido positivamente en la vida posterior de Josema.

2. CAUSAS QUE DIFICULTAN LA RESILIENCIA

1. Desconocimiento de la resiliencia como actitud nueva para afrontar las situaciones adversas.

2. Incapacidad para adaptarse a los cambios rápidos que exige la vida moderna.

3. Mensajes contradictorios, que obstruyen la resiliencia.

4. Frustración ante el fracaso.

5. Percepción negativa de los acontecimientos vitales.

Los acontecimientos vitales (*Life Events*), especialmente las "pérdidas", son situaciones capaces de desencadenar situaciones estresantes y padecimientos psicosomáticos.

3. PLAN DE ACTUACIÓN

Ya desde pequeños podemos fomentar la resiliencia en los niños, acostumbrándolos a controlar su conducta y sus impulsos y a que cumplan normas sencillas, adecuadas a sus edad.

¿Cómo fomentar la resiliencia en el alumno?

- Ayudándole a adquirir una fuerza interior (*SOY/ESTOY*).
- Cultivando habilidades en las relaciones (*PUEDO*).
- Ofreciéndole apoyo (*TENGO*).
- Incrementando su repertorio de respuestas adaptativas
- Escuchando sus posibles soluciones para el problema.
- Usando la experiencia personal.
- Ayudándole a afrontar la adversidad.

Se trata de incrementar el repertorio adaptativo del niño mediante habilidades de solución de problemas para afrontar situaciones concretas de su vida cotidiana. Ante una situación estresante, la pregunta clave es «¿Qué puedo hacer para remediar la situación?».

A veces, el mismo alumno forma parte de la solución y, lógicamente, quiere saber qué puede hacer para resolver su problema.

En situaciones adversas, hay que calmarlo y alentarle: «Sé que puedes hacerlo»; «Estoy aquí». La primera frase refuerza la fe del niño en su capacidad para resolver problemas; la segunda, lo tranquiliza y le da confianza.

En el caso de los niños muy pequeños, la madre debe comunicarse con el niño y responderle con amor y afecto para que no se asuste y se sienta feliz porque lo quieren. Le puede dar un juguete para que se distraiga y desplace su atención.

A través de las diversas situaciones que tiene que afrontar el niño, a través de su experiencia, sabe que hay reglas cuya infracción acarrea graves consecuencias. De esta forma, aprende lo que tiene que hacer (*PUEDO*).

4. IMPLICACIONES PEDAGÓGICO-EDUCATIVAS

1. Lo primero que tiene que hacer el profesor es ubicar la propiedad de los problemas y determinar si pertenecen al alumno, al profesor o a ambos. Es la única forma de poder afrontarlos con un mínimo de éxito.

2. La forma activa de escuchar es un método de influir en los niños para que encuentren sus propias soluciones de sus propios problemas.

3. Debemos fomentar la autonomía del niño para que afronte las adversidades de la vida y trate de superarlas.

4. Intente que el alumno afronte sus conflictos de forma resiliente. Los problemas hay que resolverlos, no problematizarlos.

5. Anímelos a luchar y a conformarse con lo que no tiene remedio; así podrán cambiar sus estrategias para enfrentarse a la vida.

6. Ayúdele a tolerar la frustración y a reconsiderar los hechos. Así tendrá ocasión de enriquecer su vida con experiencias nuevas.

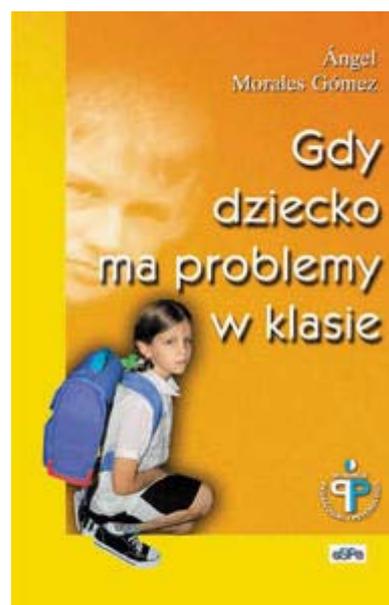
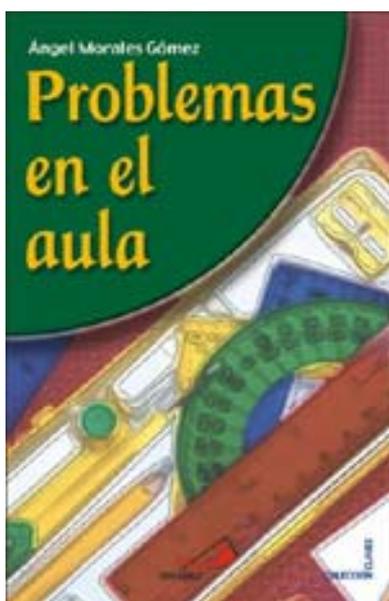
7. Si acostumbramos a nuestros alumnos a que afronten los "pequeños dramas" de la vida, evitaremos que éstos puedan convertirse en tragedias.

8. El hombre "se salva" a sí mismo cuando acepta todas las realidades de su vida. Este proceso de aceptación lo va a convertir, según GRÜN (1989), en un hombre maduro y sano. Este autor cree que se necesitan personas experimentadas que ayuden a los demás en sus crisis y que los encaucen hacia una madurez humana y espiritual.

Recuerde:

Procure que las primeras experiencias de su hijo sean gratificantes.

*Anime a sus alumnos a que luchen contra las adversidades de la vida y a que se conformen con lo que ya no tiene remedio. En situaciones límites, los profesores han de ayudar a sus alumnos (los padres a sus hijos) a cruzar el puente que separa la **espera** (ansiedad) de la **esperanza** (anhelo, aspiración).*



MORALES GÓMEZ, A. (2001): *Problemas en el aula*. Madrid: San Pablo, pp. 151-159. (ISBN: 84-285-2391-6)

Esta obra ha sido traducida a la lengua polaca por la Editorial Wydawnictwo eSPe (*Gdy dziecko ma problema W klasie*. Kraków, octubre 2002).