
**¿EXISTE ALGUNA FÓRMULA
MÁGICA PARA PREVENIR LA
VIOLENCIA ESCOLAR?... NO**

pero las líneas a seguir desde la infancia son:



EDUCACIÓN EMOCIONAL:

- 1- aumentar la RESILIENCIA**
- 2- desarrollar la EMPATÍA y la AUTOESTIMA**



**¿CÓMO AUMENTAR
LA RESILIENCIA...?
Enseñando a**

HACER BUENOS AMIGOS

Porque un niño aislado es una bomba de relojería

El aislamiento promueve la inseguridad y el miedo

AMIGOS para

- tener personas que sin ser familia te acepten
- tener cariño y compañía entre iguales
- tener una existencia más placentera y gratificante

**...dicen los investigadores
que las buenas amistades
nos hacen menos vulnerables
a las enfermedades y MÁS FELICES**

APRENDER A AYUDAR A LOS DEMÁS



“COOPERACIÓN”



para aumentar su
EMPATÍA



para sentirse útil y valioso
y aumentar su AUTOESTIMA

**MANTENER las RUTINAS desarrolladas
en la infancia, DÍA A DÍA**



horarios de estudio, de juegos, de salidas, de sueño...



**Disminuye temores y ansiedades, porque saben lo
que va a ocurrir después.**

**Ayuda a formar un adulto responsable el día de
mañana**

APRENDER A CUIDARSE



para ser responsable, con el tiempo, de su propio bienestar



Enseñarle la importancia de

La buena comida

El deporte

La risa

La higiene

El dormir lo suficiente

APRENDER A ESTABLECER METAS



para desarrollar su autoestima y la responsabilidad

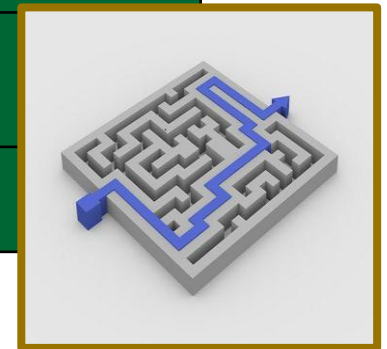


cómo

progresivas

No sexistas

reales



SER EMPÁTICO

¿QUÉ ES LA
EMPATÍA?



*Es la capacidad de ponerme
en la situación del “otro”*



¡¡Ojo!!

pero sin olvidar que es
el otro y sin quedarnos
permanentemente allí



SOMOS EMPÁTICOS

Cuando no solo utilizamos las palabras para consolar, también un abrazo, una palmada en el hombro, un beso o una caricia.

SOMOS EMPÁTICOS

**Cuando ayudamos a
afrentar o solucionar
problemas a nuestros hijos
con sentido del humor.**

SOMOS EMPÁTICOS

**Quando nos
expresamos con
delicadeza y cortesía.**

SOMOS EMPÁTICOS

**Cuando NO mostramos
gestos de aburrimiento al
contarnos sus problemas,
sino ESCUCHA ACTIVA**

***CÓMO ENSEÑAR A
TU HIJO A SER
RESPONSABLE***

Dale tareas dentro del hogar

Mediante el trabajo se aprende a ser responsable



Enséñale a preocuparse por los demás

Tiene que aprender QUE ÉL
NO ES EL CENTRO DE LAS
PREOCUPACIONES FAMILIARES,
que los demás miembros también
necesitan cuidados y atenciones.



Prémialo por su buen comportamiento

No con objetos materiales,
sino con elogios,
alabanzas y
muestras de cariño
que potenciarán
su autoestima
desde bien pequeños.



Trabaja la competitividad como una superación personal

La competitividad será una tónica normal en su quehacer cotidiano, pero tiene que entenderla de forma positiva y no como una forma de fastidiar a los demás.



EL FIN DE LA
INTELIGENCIA
EMOCIONAL ES QUE
NUESTROS HIJOS SEAN
MÁS FELICES Y SEPAN
GESTIONAR SU VIDA...

**PARA ELLO, COMO
PADRES RETOMAREMOS
LA AUTORIDAD Y LA
DISCIPLINA, QUE NO EL
AUTORITARISMO**

APLICACIONES DE LA DISCIPLINA

Retomar la autoridad
bien entendida como
vía necesaria para
crear hábitos

**DESDE EL CENTRO
EDUCATIVO**

**DESDE LA
FAMILIA**

Las normas deben ser RAZONABLES Y COHERENTES. No vale premiar al niño por una cosa y mañana castigarle por el mismo motivo.

SÉ FIRME PERO AMABLE. No se trata de ser un “sargento”, ni de dar órdenes de forma dura.

La autoridad hay que ejercerla SIN VIOLENCIA Y SIN IMPULSOS. Debemos controlar nuestra posible frustración y EVITAR CONDUCTAS HUMILLANTES.

El niño tiene su propia personalidad. Nunca va a ser perfecto ni exactamente el hijo que hubiéramos querido. DEBES RESPETARLA. SE TRATA DE HACERLE MÁS FÁCIL EL CAMO DE LA VIDA, NO INTENTAR CONDICIONÁRSELA.

Es importante corregirle cuando hace algo mal y RECONOCER SUS ESFUERZOS Y LOGROS CUANDO ACIERTA. Así su autoestima se verá reforzada.

Recordar que se ENSEÑA DANDO EJEMPLO. Profesores y padres somos el mayor referente para los niños.

Es decir...

**Tanto Padres como profesores
debemos fomentar en los
niños:**

- **Perseverancia**
- **Autocontrol y**
- **Motivación**

Un famoso coach mantiene que...

“La felicidad no depende de no tener obstáculos en la vida, sino de cómo los resolvemos y enfrentamos”

MUCHAS GRACIAS

Celia Ruano Delicado

Alquerías, octubre de 2018