

La resiliencia en el aula

*Carmen Morales Rodríguez
IES Tinajo*

El objetivo es intentar dar otra perspectiva de la educación y de la escolarización, cosas completamente opuestas, así como dar una serie de pautas que ayuden a tener aulas felices con alumnado contento. La resiliencia será una de las herramientas a utilizar.

The objective is to try to give another perspective of education and schooling, completely opposite things, as well as to give a series of guidelines that help to have happy classrooms with happy students. Resilience will be one of the tools to use.

Experiencias didácticas

La resiliencia es la propiedad que tienen los resortes de volver a su posición original después de experimentar una presión. Según la Real Academia Española es la capacidad de adaptación de un ser vivo frente a un agente perturbador o un estado o situación adversos.

¿Cómo puede el profesorado aplicar esa propiedad? ¿Cómo puedo seguir con mi clase después de sufrir una obstrucción tras otra por parte del alumnado?

Partimos que hemos explicado y re-explicado las normas básicas de convivencia a la clase, es decir, llegar a su hora, pedir permiso para entrar, traer el material escolar, no tirar los papeles al suelo, levantar la mano para participar e intervenir, respetar el turno de palabra, usar un vocabulario exento de palabrotas o improperios, no mantener conversaciones cruzadas a plena voz mientras estamos explicando, no comer en el aula, cumplir con las normas Covid, no ponerse a dormir, no hacer tareas de otras asignaturas, en definitiva, prestar atención y hacer su cometido de estudiante.

El profesorado preparado y armado con su temario llega al aula, abre las ventanas, conecta el ordenador, el cable HDMI, los altavoces, el adaptador, la clave, la contraseña de Medusa, pasa lista en el Pincel Ekade y allá vamos, a la gran aventura de enseñar.

Primera hazaña, conseguir silencio que se termina suplicando y rogando por favor. Segunda proeza, continuar con las explicaciones, lidiar con el gel, las mascarillas a medio poner, corregir, resolver dudas, dar permiso para ir al baño, dejar salir al pasillo a sonarse o a beber agua, sin olvidar algún objeto volador que cruza el espacio aéreo, como pegamentos, Tipp-Ex®, bolígrafos, aviones o bolas de papel y después de todo esto, respiramos, pensamos en la cualidad del resorte y seguimos con nuestras explicaciones.

Si ya hacemos el esfuerzo resiliente de no llevar el enfado de un curso a otro, ¿cómo ha de ser el trabajo para en una misma hora, separar el malhumor de un estudiante a otro?

¡Titánico! Y como el barco nos



“La resiliencia es la propiedad que tienen los resortes de volver a su posición original después de experimentar una presión”

sentimos y nos vamos hundiendo en nuestro penar por no llegar a los jóvenes y piensas: ¿Qué más puedo hacer? ¿Les pongo un vídeo, una canción, un documental? ¿Creo un canal de Youtube? ¿Un Blog? ¿Les hago un PowerPoint, un Canva, un Prezi, un Tik-Tok? ¿Les paso los apuntes en pdf? ¿Hago un curso de Gamificación? (Sánchez 2020) ¿Organizo un debate? ¿Una salida cultural? a los que los alumnos deciden no venir porque ¡qué bodrio! Y te dejan con la guagua pagada, la ficha didáctica y las tareas de sustitución organizadas. ¿Me convierto en animador sociocultural?

Continuamos con la odisea y subes en el Classroom las tareas, vuelves a poner fecha para la recuperación, mandas a los padres el cuadernillo de actividades, miras a la clase y solo ves tácticas de camuflaje para esconder el móvil, orejas que esconden los auriculares ipod, visión fija al reloj inteligente con whatsapp incluido, ojos que esperan a que sean las 14:00 y oídos que ansían el único sonido

agradable: ¡la sirena! que pone fin al encarcelamiento diario. Compruebas apesadumbrado que has llegado al fondo y hundido en las profundidades te cuestionas la profesión.

La verdad es que vivimos en dos mundos en paralelo en los que no hay puntos de convergencia, ellos – nosotros, alumnado – profesorado, jóvenes - mayores, obedecer - dar órdenes, sin titulación – licenciados, libres – obligados, Facebook - Instagram y otro mundo en la red que se nos escapa con realidad virtual, fakenews, juegos on line, apuestas deportivas, raps denigrantes, violencia verbal, agresividad física, cosificación de las personas, conflicto de personalidad y de identidad sexual entre otros elementos. Compartimos, estudiantes y profesorado, una realidad desde hace unos pocos años como la depresión, ansiedad, suicidios, desgana, indiferencia, apatía, inacción, aburrimiento, pasividad, abulia, bulling o ciberbulling.

Aunque no podemos olvidar a los jóvenes serios, comprometidos, im-

“El profesorado que tiene un contrato emocional con el centro se nota en su nivel de implicación y motivación que demuestra en su labor y en lo comprometido que está con el proyecto educativo dando lugar a aulas felices”

“Toda la comunidad educativa debería tener un salario emocional, es decir, retribuciones no económicas que darían respuesta a las necesidades personales y profesionales de sus miembros”

plicados con la sociedad, deportistas, voluntarios de Organizaciones No Gubernamentales, los que ayudan en casa, los que hacen formación extra como en la escuela de idiomas o en el conservatorio, los de altas capacidades, pero ¿dónde queda su espacio en el Instituto, las ayudas psicológicas o el refuerzo educativo específico? ¿y la cultura del esfuerzo y la excelencia?

¿Qué podemos hacer ante esta multirealidad educativa?

Pues hay tácticas que funcionan y hablamos desde la experiencia diaria y no desde la comodidad de un despacho, hablamos desde dentro de las trincheras.

Podemos aplicar la Psicología Positiva, (Seligman 2003) y la inteligencia emocional (Bisquerra, Pérez-González y García Navarro 2014) es cuestión de actitud, hacer ejercicios de relajación, respiración o meditación. Sonreír, tener buen humor, amabilidad, prudencia, humildad, optimismo. Desarrollar Mindfulness o atención plena, (Castellón 2019) usar un tono de voz bajo, fomentar el autocontrol y esperar tranquilamente a que guarden silencio. Poner positivos, usar los microaprendizajes. Hablar con los alumnos en

el recreo. Mandalas. Llamar a las familias. Refuerzo positivo, planes personalizados, propuestas globales. Temas de actualidad, ejemplos reales y saber qué les interesa. La coeducación, clases invertidas, exámenes con el ordenador, aprendizaje cooperativos y con proyectos.

Toda la comunidad educativa debería tener un salario emocional, es decir, retribuciones no económicas que darían respuesta a las necesidades personales y profesionales de sus miembros. Por ejemplo, dotando a los institutos de entornos agradables con árboles, plantas, exposiciones, murales, hilo musical, sin alarmas decimonónicas, con salas de descanso, días de convivencia y fiestas temáticas o de fin de trimestre que fomenten la convivencia. El profesorado que tiene un contrato emocional con el centro se nota en su nivel de implicación y motivación que demuestra en su labor y en lo comprometido que está con el proyecto educativo dando lugar a aulas felices (Equipo SATI 2012).

¿Escolarización o Educación?

La educación del siglo XXI es la promoción del bienestar personal y social.

Referencias bibliográficas.

- Bisquerra, R., Pérez-González, J. C. y García Navarro, E. (2014). *Inteligencia emocional en la educación*. Madrid: Síntesis.
- Equipo SATI, (2002). *Programa Aulas Felices. Psicología Positiva aplicada en la Educación*. www.aulasfelices.com, www.aulasfelices.org
- Castellón, A. (2019). *El poder de la educación. Mindfulness: el secreto para disfrutar de ser padres, madres o docentes*. Madrid: Letrame Grupo Editorial.
- Sánchez, C. L. (2020). *Gamificación en la educación: hacia una pedagogía para involucrar y motivar a los estudiantes*. Madrid: Editorial Academia Española.
- Seligman, M. E. P. (2003). *La auténtica felicidad*. Barcelona: Ediciones B.