

# EDUCAR LA FORTALEZA Y LA ESPERANZA en la escuela

**AMADOR BAÑÓN LARA**

Coordinador del Departamento de Educación Social  
Colegio La Salle Nuestra Señora de las Maravillas (Madrid)  
abanonl@lasallemaravillas.com

Parece que estamos en tiempos de crisis, por si alguien no se ha enterado: crisis económica, crisis de valores, crisis en la educación, crisis en las instituciones... Si hacemos una foto instantánea podemos observar las características y peculiaridades del momento. Incluso hacer un concienzudo argumentario del porqué hemos llegado hasta “este extremo”. Pero es eso, una instantánea estática que nos permite ver sólo este momento, nuestro instante. ¿Pero acaso la historia de la humanidad no ha vivido otros muchos momentos de crisis? Ya desde los tiempos antiguos se empezaba a escribir sobre la diferencia entre generaciones y de “los malos tiempos que corren”. Nos sirven los muchos ejemplos que se recogen en la Biblia.

En nuestro lenguaje está en muchas expresiones con sentidos y significados distintos el término crisis: “entró en crisis tras la noticia...”, “tuvo una crisis de ansiedad...”, “tras la crisis de gobierno los nuevos ministros son...” y todos ellos con diferente intensidad en la connotación negativa hacia la persona o incluso sin connotación personal sino social.

Sin embargo, a lo largo de la historia no han faltado personajes que han sabido ver en los momentos difíciles oportunidades para el crecimiento, el cambio y el beneficio personal. No hace mucho tiempo, Albert Einstein veía en las crisis un proceso positivo, favorecedor del cambio. La cita es muy conocida: “(...) la crisis es la mejor bendición que puede sucederle a personas y países porque la crisis trae progresos (...) la creatividad nace de la angustia como el día nace de la noche oscura (...) quien supera la crisis se supera a sí mismo sin quedar superado (...) es en la crisis donde aflora lo mejor de cada uno (...) acabemos de una vez con la única crisis amenazadora que es la tragedia de no querer luchar por superarla (...)”

Las crisis forman parte del desarrollo de la vida de las personas, de los grupos, de la sociedad, de la humanidad... Es importante, entonces, tenerlo en cuenta para el bien hacer de la educación de nuestros niños y jóvenes. Negar esta realidad es dejar al chico indefenso. Es así, la vida tiene momentos en los que aparece el dolor, la angustia... pero es en estos momentos donde la mejor expresión del ser humano puede salir. Es en el dolor de una persona donde se crea un posible doble espacio de desarrollo: el espacio personal para la superación y el espacio para la expresión del cariño y la comprensión de otro hacia el que sufre. Y es que se puede superar la crisis e incluso crecer y crear a partir de ella en este doble espacio de encuentro con uno mismo y con los demás.

La escuela y la familia son los lugares idóneos y naturales en los que el niño y el joven, a lo largo de su vida, crecen y se desarrollan en competencia-inteligencia social y emocional y aprenden a afrontar la vida tal y como es desde la fortaleza y la esperanza, apoyados en procesos de resiliencia.

educación en valores



Boris Cyrulnik en su libro “Los patitos feos. La resiliencia: una infancia infeliz no determina la vida” desarrolla esta aparente paradoja y dice que “el hecho de haber sido herida la vuelve sensible a todas las heridas del mundo (a la persona) y la invita al lecho de todos los sufrimientos”. Y para acercarnos al **concepto de resiliencia** apunto una sencilla aproximación de Michel Delage en su libro “La resiliencia familiar”: (...) la resiliencia no es ausencia de sufrimiento. Es la capacidad de evolucionar favorablemente a pesar del sufrimiento y, a veces, la capacidad de sacar partido de ese sufrimiento.” Si logramos transmitir esto a los niños y jóvenes de nuestra escuela y familias, les hemos dado las semillas de la fortaleza y la esperanza ante la vida: nos podemos superar cada uno y como colectivo y podemos conseguir algo mejor para uno mismo y los demás. En términos de resiliencia según Cyrulnik “el transcurso de la vida nunca carece de pruebas, pero (...) la elaboración de los conflictos y el trabajo de resiliencia nos permite retomar el camino, pese a todo”. La resiliencia es un proceso personal y afectivo, pero también social y cultural. La persona debe contar con unos recursos internos que le permitan “capear el vendaval”, pero será necesaria la ayuda y acogida de otros distintos de él, que le den afecto y de instituciones o recursos que le demuestren confianza y le devuelvan una imagen positiva y le permitan salir finalmente airoso. Es aquí donde la escuela y la familia juegan un papel insustituible.

Figura 1. Educar en la escuela en esperanza y fortaleza



Para acercarnos a la idea de **fortaleza y esperanza** tomaremos como referencia el enfoque postulado por la **Psicología Positiva**, siguiendo a Martin Seligman y Christopher Peterson, y su cuestionario VIA en el que se han establecido 24 fortalezas y virtudes divididas en 6 grupos. Si atendemos a esta clasificación desde la escuela y la familia, apoyamos una educación integral en los chicos, que atiende a su vez al anterior proceso comentado de resiliencia. Los programas y metodologías educativos que planteo más adelante desarrollan estas fortalezas y virtudes:

Figura 2. Clasificación de las fortalezas y virtudes

**Sabiduría y conocimiento: son fortalezas-virtudes cognitivas e implican el conocimiento.**

- Curiosidad, interés por el mundo;
- amor por el conocimiento y el aprendizaje;
- juicio, pensamiento crítico, mentalidad abierta;
- ingenio, originalidad, inteligencia práctica, y
- perspectiva.

**Coraje: son fortalezas-virtudes emocionales e implican superación y logros a pesar de las dificultades internas o externas.**

- Valentía;
- perseverancia y diligencia;
- integridad, honestidad, autenticidad, y
- vitalidad y pasión por las cosas.

**Humanidad: son fortalezas-virtudes interpersonales e implican dar a los demás cariño, cuidados y amistad.**

- Amor, apego, capacidad de amar y ser amado;
- simpatía, amabilidad, generosidad, y
- inteligencia emocional, personal y social.

**Justicia: son fortalezas-virtudes cívicas e implican convivencia.**

- Ciudadanía, civismo, lealtad, trabajo en equipo;
- sentido de la justicia, equidad; y
- liderazgo.

**Moderación: son fortalezas-virtudes actitudinales y protegen de los excesos.**

- Capacidad de perdonar, misericordia;
- modestia, humildad;
- prudencia, discreción, cautela, y
- autocontrol, autoregulación.

**Transcendencia: son fortalezas-virtudes espirituales y dan significado a la vida.**

- Apreciación de la belleza y la excelencia, capacidad de asombro;
- gratitud;
- esperanza, optimismo, proyección hacia el futuro;
- sentido del humor, y
- espiritualidad, fe, sentido religioso.

Defino ahora la **fortaleza de carácter** como una disposición de la persona que se puede aprender y crecer en ella para afrontar la vida de manera realista y positiva y que se desarrolla a través de cualidades personales, destrezas, emociones, actitudes y comportamientos.

La **esperanza** es en este contexto la capacidad-fortaleza-virtud que permite al individuo proyectar un futuro mejor (para él mismo y los otros) y trabajar para conseguirlo.

En este sentido todos hemos conocido personas que nos han sorprendido por cómo han afrontado dificultades muy grandes que han tenido en la vida y por cómo saben disfrutar de los grandes y pequeños momentos. Son esas personas que parece que exprimen la vida y que son capaces de afrontarlo todo. Son personas que podríamos también llamar resilientes.

Desde la escuela y la familia podemos desarrollar una educación que permita a nuestros alumnos e hijos crecer en capacidades que les lleven a vivir la vida con un cierto éxito y que les lleve a afrontar con espíritu positivo y luchador las diferentes dificultades que le irán apareciendo con el paso del tiempo.

Vamos a partir del acuerdo de que la familia y la escuela son espacios de crecimiento, desarrollo y educación de las personas. Esto implica especialmente a la escuela que durante muchos años ha sido considerada como sólo un lugar de instrucción y transmisión de contenidos, aunque siempre ha habido voces que han marcado el rumbo por otros caminos.

Partamos también del acuerdo de que la escuela es por y para el alumno (sin perder de vista la consideración social de la institución), por lo que la escuela procura lo mejor para el desarrollo del mismo. Damos por hecho que la familia participa intrínsecamente de esta premisa. La escuela y la familia por tanto han de preparar conscientemente para la vida. En la familia parece una obviedad hablar de ello, pero lo cierto es que no siempre se dan las características para ello y de hecho existe, como bien sabemos, el fracaso en la familia. Sin embargo desde la escuela surgen diferentes voces que ponen el acento bien en la educación de la persona, bien en la transmisión de contenidos, siendo la “mezcla” de proporción variable según cada centro educativo, marcado por el estilo de la dirección.

Pero no es algo que se quede en el contexto del debate intelectual. Los estudios demuestran, y pongo como ejemplo los realizados por Maite Garaigordobil y José Antonio Oñederra, que las escuelas que se centran en lo académico y curricular, dejando de lado al alumno y el “rendimiento no académico” y que sobrevaloran los resultados y fomentan el ambiente de competición, desarrollan más disrupciones e intercambios violentos entre los alumnos.

Si nos centramos ahora sólo en la escuela, este objetivo de preparación para la vida queda recogido en el planteamiento de la LOE a partir de la propuesta de las ocho competencias básicas del currículo en la educación obligatoria, pero más concretamente con estas tres competencias: **competencias social y ciudadana, aprender a aprender y autonomía e iniciativa personal**.

Parece que no hay marcha atrás pero ¿se plantea la escuela (cada centro concreto) un cambio de metodología? La ley lo marca y en los documentos curriculares está explícitamente recogido, pero durante muchos años hemos caído en el curriculum oculto. ¿Cómo lo vamos a hacer?

Este movimiento “renovador”, como sabemos, no queda aislado en la escuela sino que viene marcado y acompañado por un cambio en el planteamiento de todo el sistema educativo, hasta la misma Universidad, con la mirada puesta en las necesidades reales del mundo laboral. La sociedad cambia y por lo tanto cambian los modelos productivos y las metodologías en el trabajo. Las instituciones educativas, la escuela, por lo tanto, deben dar respuesta a esta nueva realidad. Un ejemplo es la “adaptabilidad” en la busca y el cambio de empleo frente a la clásica perspectiva de lograr un trabajo estable para toda la vida. A nuevos tiempos, nuevos estilos con nuevas destrezas y nuevas capacidades. El reto es poder ver estas situaciones no como amenazas sino como oportunidades.

Son pilares de esta nueva sociedad y de las nuevas estructuras laborales el trabajo en equipo, la creatividad, la capacidad de diálogo y de resolver problemas. ¿No son estas capacidades, destrezas de las personas, útiles en todas las facetas de su vida?

En los últimos tiempos los estudios psicológicos sobre el desarrollo de la capacidad de resiliencia en los seres humanos y en general de la denominada “Psicología Positiva” están permitiendo descubrir y tomar conciencia de cuáles son las características y factores personales, de grupo, de entorno y/o sociales que facilitan el desarrollo de estas destrezas de afrontamiento de la vida. Centrados en los aspectos positivos y no en los patológicos, la Psicología Positiva y los estudios sobre la resiliencia marcan este rumbo.

## Ágora de profesores

Otros programas que inciden en el desarrollo de actitudes positivas y de crecimiento (Garaigordobil y Oñederra) en línea con lo expuesto en este artículo:

- Los círculos de calidad (equipos que se reúnen regularmente en la escuela para analizar y proponer soluciones ante los problemas de la escuela y la convivencia o lograr metas comunes y alta motivación).
- Ayuda entre iguales (apoyado en la escucha terapéutica aporta ventajas al ayudante y al ayudado desde la solidaridad, el desarrollo de la autoestima, un clima social de apoyo, la toma de decisiones, la autonomía, la reflexión...).
- Gestión democrática de la convivencia (tarea global y compartida por alumnos y profesores).
- Educación de emociones (incluido como parte de los objetivos educativos...).

La relación entre los diferentes conceptos queda establecida del siguiente modo: la esperanza es una fortaleza-virtud y la resiliencia, como proceso personal y social, se nutre de estas fortalezas.

#### DESDE LA ESCUELA Y LA FAMILIA

Considerado el planteamiento inicial de que escuela y familia son instituciones que comparten la vida y la educación de los chicos y jóvenes, van a tener procesos similares para lograr la educación de la “esperanza y la fortaleza”.

Según Nan Henderson y Mike M. Milstein desde sus estudios de la resiliencia y la escuela son seis los procesos que la Escuela y la Sociedad, por lo tanto la Familia, deben adoptar para permitir al niño y al joven desarrollarse desde esta perspectiva:

1. Enriquecer los vínculos.
2. Fijar límites claros y firmes.
3. Enseñar habilidades para la vida.
4. Brindar afecto y apoyo.
5. Establecer y transmitir expectativas elevadas.
6. Brindar oportunidades de participación significativa.



La escuela entonces debe cuidar su estilo y metodología. Éstos le permitirán, según estos mismos autores, desarrollar unos **factores protectores ambientales**, a propósito de los seis procesos anteriores en la escuela, que permitirán un mejor desarrollo personal, una mejora en los resultados académicos y un mejor clima escolar (menciono sólo algunos de ellos):

- promover vínculos estrechos,
- emplear un estilo de interacción cálido y no crítico,
- fijar y mantener límites claros,
- fomentar relaciones de apoyo,
- animar la actitud de compartir responsabilidades,
- prestar servicios a otros y brindar la ayuda requerida,
- expresar expectativas de éxito elevadas y realistas,
- promover el establecimiento y el logro de metas,
- fomentar el desarrollo de valores prosociales y de estrategias de convivencia-cooperación,
- proporcionar oportunidades de participación significativa y
- apreciar las cualidades propias de cada individuo.

Figura 3. Seis procesos para desarrollar resiliencia en la escuela



Rueda de la Resiliencia de Henderson y Milstein

¿Estos principios se pueden desarrollar en una escuela centrada únicamente en la transmisión de conocimientos? No. La escuela es algo más, mucho más que los contenidos curriculares. La posibilidad para educar y hacer crecer estas potencialidades (fortaleza, esperanza y resiliencia) está en la implantación de metodologías y programas que favorezcan coordinadamente el crecimiento en estas seis características citadas tanto en la escuela como en la familia.

Figura 4. *Desarrollo de la esperanza, fortaleza y resiliencia*



Algunos de estos métodos y programas son el Aprendizaje Cooperativo, la Mediación entre Iguales y los Programas de Voluntariado y Participación Social. ¿Por qué el aprendizaje cooperativo, la mediación o el voluntariado? Estos programas y/o metodologías inciden claramente en los factores de protección ambientales de la escuela, anteriormente citados, y en los seis procesos generadores de resiliencia. Se desarrolla en ellos de una manera muy clara:

- el aspecto relacional,
- la creatividad,
- el compartir,
- la cooperación,
- el desarrollo del diálogo en la relación con los demás,
- el desarrollo de la empatía se fomenta,
- las expectativas de logro,
- la asignación de responsabilidades...

Algunos de los “logros” en el desarrollo de la fortaleza, la esperanza y la resiliencia en los alumnos de estos programas y metodologías los enumero a continuación.

Desde el **aprendizaje cooperativo:**

En el aprendizaje cooperativo el aprendizaje se basa en la interacción de los iguales en edad, pero diversos en características y capacidades. El profesor cambia de rol; ahora conduce y supervisa el proceso de aprendizaje de los equipos. De esta manera se fomenta la cooperación y la colaboración y no nos basamos ni centramos en un aprendizaje competitivo, al contrario fomenta la ayuda y la solidaridad por un lado y por otro lado desarrolla la autonomía en los alumnos.

Con el aprendizaje cooperativo se consigue:

- Fomento de mejores relaciones entre los alumnos, al desarrollarse la vida escolar en el aula en trabajo diario con equipos. El alumno aprende a trabajar con cualquier compañero.

- Desarrollo de la autonomía a través de la búsqueda de información necesaria para resolver los trabajos y desarrollo de la búsqueda de acuerdos y consenso a través del diálogo con el equipo.
- Aceptar la diferencia entre las personas y entenderla como fuente de enriquecimiento personal que va a permitir el crecimiento en la empatía.
- Incremento en la visión positiva en las relaciones e intercambios entre iguales.  
Y como consecuencia de lo anterior:
- Se mejora el clima general escolar.
- Se crea en la escuela un ambiente más acogedor y agradable para el alumno.

Desde la **mediación entre iguales:**

Es un programa de resolución de conflictos sin intervención de medidas disciplinarias basado en el diálogo y en el acuerdo de resolución por cooperación entre iguales. Los conflictos a resolver por este programa y metodología han de tener unas características determinadas y ambas partes deben estar de acuerdo en resolver el conflicto mediante la mediación.

Con estos programas se incide de manera directa en la mejora de los siguientes aspectos:

- Mejora del clima escolar.
- Participación del alumnado en responsabilidades de ámbito colegial que tiene que ver con el cumplimiento de normas.
- Desarrollo de una cultura del diálogo y la convivencia, con el consiguiente aprendizaje y puesta en práctica de la empatía, la escucha, la resolución de conflictos y la toma de decisiones cooperativa-consensuada.
- Desarrollo de equipos en los que participan profesores y alumnos, con metas y objetivos comunes con lo que se mejora la convivencia entre profesor y alumno y se profundiza en el conocimiento personal de unos con otros.

Con los programas de **participación social, voluntariado, acercamiento a la realidad:**

Son muchos los nombres que se les puede dar a este tipo de programas. Pero lo que tiene que ser un factor común es que sea un plan o programa organizado y estructurado, promovido, aplicado, seguido y evaluado por la escuela. Quizá durante muchos años se ha dejado a la buena voluntad de algún profesor “voluntario” y al albur del interés o curiosidad de los alumnos.

Son muy interesantes los programas de este ámbito aplicados en las escuelas en los que el profesorado está implicado en el proceso, ya que enriquece la relación profesor-alumno y permite cambios muy positivos en la “visión” mutua por encima de los roles socialmente establecidos.

Estos programas de participación social facilitan en el alumno:

- Conocer otras realidades diferentes a las propias.
- Crecer en la empatía ante las situaciones diversas.
- Desarrollar la cultura de la comunicación, la escucha y el diálogo.
- Crecimiento en el conocimiento y vivencia de emociones.
- Incremento en la responsabilidad del alumno.
- Cambio de visión de rol y expectativas negativas del profesorado hacia el alumno.
- Motivación hacia el logro de las metas personales.
- Dar afecto y apoyo al mismo tiempo que se recibe de los profesores, la familia y los colectivos ayudados.

Son, entonces, necesarios programas de acercamiento a la realidad desarrollados de manera progresiva que permitan al alumno conocer y acercarse a su entorno, establecer un juicio crítico, para más adelante participar y comprometerse socialmente.

#### PARA IR TERMINANDO

Claramente con estos tres modos de trabajo presentados (aprendizaje cooperativo, mediación entre iguales y acercamiento y compromiso social), en la escuela desarrollamos y conectamos con las tres competencias básicas de la LOE anteriormente citadas: social y ciudadana, aprender a aprender y autonomía e iniciativa personal.

Además, estos programas y metodologías ayudan al educador a centrarse en los aspectos positivos del alumno y a desarrollar en éste más capacidades de afrontamiento y de autonomía.

Quizá se nos pasa que la propia vida de la escuela es un ensayo de la vida. En la escuela y la familia brindamos los modelos de vivir la vida a nuestros niños y jóvenes. Demos a los chicos entonces herramientas para vivir la vida de manera personal e intensa, que paradójicamente pasa siempre por la consideración “del otro” como algo valioso. Con estos programas se hacen conscientes los niños y jóvenes de que la responsabilidad es co-responsable, pues siempre se es responsable respecto a uno mismo y a otros.

### Caminando juntos

En la familia la posibilidad de realizar actividades de compromiso social y compartirlas con los hijos posibilita un modelo familiar y de ser persona centrado en la ayuda al otro y la empatía y permite:

1. Enriquecer los vínculos.
2. Enseñar habilidades para la vida.
3. Brindar afecto y apoyo.
4. Establecer y transmitir expectativas elevadas.
5. Brindar oportunidades de participación significativa.

Resultan altamente interesantes la aplicación de estos programas y metodologías porque se está demostrando que no sólo favorecen y permiten el crecimiento personal, mejoran el clima escolar y las relaciones personales y familiares, sino que mejoran el rendimiento y los resultados académicos. Parece claro que si dejamos a un lado los miedos ante los nuevos retos y las seguridades de lo rutinario, con estos programas y metodologías integrales (que también son valores y comportamientos de la vida social y familiar diaria) podemos permitir en los chicos una mayor preparación para los logros en la vida, tanto académico-profesionales como personales.

Pero lo importante es que estos programas estén vivos y su aplicación sea real en la escuela, siendo prioritaria su planificación, gestión y evaluación, ya que, como he dicho anteriormente, el beneficio es triple: permite el crecimiento personal del alumno, mejora el rendimiento académico y favorece un mejor clima escolar. ■

### Para saber más

- CYRULNIK, B. (2001). *Los patitos feos. La resiliencia: una infancia infeliz no determina la vida*. Barcelona: Gedisa.
- DELAGE, M. (2008). *La resiliencia familiar. El nicho familiar y la superación de las heridas*. Barcelona: Gedisa.
- GARAIGORDOBI, M. y OÑEDERRA, J. A. (2010). *La violencia entre iguales. Revisión teórica y estrategias de intervención*. Madrid: Pirámide.
- HENDERSON, N. y MILSTEIN, M. M. (2003). *Resiliencia en la escuela*. Barcelona: Paidós Ibérica.
- VERA POSECK, B. (2004). *Resistir y rehacerse: Una reconceptualización de la experiencia traumática desde la Psicología Positiva*, en [www.psicologia-positiva.com](http://www.psicologia-positiva.com)