

# **ESCUELAS QUE CUIDAN: ESTRATEGIAS SOCIOEMOCIONALES PARA ERRADICAR EL BULLYING**

**BELÉN COLOMINA**

**“la violencia en y alrededor de las  
escuelas, incluido el acoso, los  
ataques y las peleas físicas, socava el  
aprendizaje y tiene consecuencias  
negativas para la salud física y  
mental”**

**BELÉN COLOMINA**



**BELÉN COLOMINA**

# **La importancia social como red educativa, de apoyo y acompañamiento**

**BELÉN COLOMINA**

**¿Hasta cuántos meses crees que podrías  
esconder un dolor?**

**BELÉN COLOMINA**

## Síntomas

- baja autoestima
- trastornos emocionales
- indefensión aprendida
- posible ideación suicida
- estrés postraumático

## **Síntomas**

- no desear ir a la escuela
- fobia escolar
- dolores de cabeza
- trastornos gastrointestinales
- dificultad en la atención y concentración

## Síntomas

- ansiedad
- tristeza
- irritabilidad
- sentimiento de soledad y aislamiento
- pesadillas o dificultades para dormir

## Consecuencias

- La intimidación socava el sentido de pertenencia de los niños en la escuela y sus aspiraciones de futuro
- Resultados académicos más bajos: obtienen puntuaciones más bajas en los exámenes que aquellos compañeros que no sufren acoso.

## Consecuencias

- La salud mental y física de los niños se ven afectadas negativamente.
- Aquellos que lo sufren tienen el doble de probabilidades de sentirse solos, de reportar problemas para conciliar el sueño por la noche y revelan haber considerado el suicidio.

# **NO EXISTE LA NO COMUNICACIÓN**

**BELÉN COLOMINA**



# **EDUCACIÓN VALORES EMPATÍA COMPASIÓN**

**BELÉN COLOMINA**



## Acciones

- La educación no se reduce a transmitir el saber o las competencias que permitan alcanzar objetivos limitados. También consiste en abrir los ojos de los niños a los derechos y las necesidades de los otros.

## Acciones

- Nos incumbe hacerles comprender que sus acciones tienen una dimensión universal.

Debemos encontrar un medio para desarrollar su empatía innata de manera que adquieran un sentimiento de responsabilidad hacia los demás



**La paz no significa una ausencia de  
conflictos**

**BELÉN COLOMINA**

**La paz significa la solución de  
estas diferencias por medios pacíficos**

**BELÉN COLOMINA**

Diálogo

Educación

Conocimiento

Altruismo



Funciones  
humanitarias

## Acciones

- Relaciones positivas y evitar las interacciones agresivas
- Rechazar la violencia en cualquiera de sus manifestaciones y romper con el “código de silencio”.

## Acciones

- Favoreciendo  
el desarrollo de la autoconfianza, autoafirmación y  
autorregulación
- Trabajo de habilidades sociales, cooperación  
grupal, toma de decisiones, juegos compartidos

**UNA SOCIEDAD QUE PROMUEVE  
LA CULTURA DE LA PAZ  
NECESITA PERSONAS PACÍFICAS,  
PERSONAS CON PAZ INTERIOR**

**BELÉN COLOMINA**

**HAY DOS INGREDIENTES ESENCIALES PARA  
ENCONTRARLA:**

**LA SENCILLEZ Y LA  
HUMILDAD**

**BELÉN COLOMINA**

A woman with dark hair in a ponytail, wearing a white t-shirt and blue jeans, is sitting on a light-colored armchair. She is smiling and looking out a window with sheer curtains. The scene is bright and airy, with a small potted plant and a wooden side table with a cup and notebook in the foreground.

**Y, entre todos... lo conseguimos**

**GRACIAS POR VUESTRA ATENCIÓN**

**[www.belencolomina.com](http://www.belencolomina.com)**