

UNIVERSIDAD
DE LOS HEMISFERIOS



SABER Y SABER HACER

FACULTAD DE ARTES Y HUMANIDADES

PSICOPEDAGOGÍA

MANEJO DEL DOLOR EN EDADES TEMPRANAS

ENSAYO ACADÉMICO

**TRABAJO DE TITULACIÓN PRESENTADO EN CONFORMIDAD CON LOS
REQUISITOS ESTABLECIDOS PARA LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PSICOPEDAGOGÍA.**

AUTOR

DANIELA ORTUÑO ROSALES

PROFESOR GUÍA

XIMENA QUINTANA, MGR

QUITO

JULIO, 2017

Índice

| | |
|--------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Resumen | 3 |
| Abstract..... | 3 |
| Introducción..... | 3 |
| Exposición y Argumentación | 4 |
| 1. Atención médica | 4 |
| 1.1. Definiciones esenciales | 4 |
| 1.2. Señales del dolor en los niños | 5 |
| 1.3. Concepción de la enfermedad en los niños..... | 6 |
| 1.4. Importancia del apoyo de los padres..... | 7 |
| 1.5. Respuesta adecuada frente al dolor biológico o natural..... | 7 |
| 1.6. Método | 8 |
| 1.7. Instrumentos para identificar el dolor | 8 |
| 2. Corrientes Psicológicas | 11 |
| 2.1. Concepción Humanista: La Resiliencia | 11 |
| 2.1.1. Definición..... | 11 |
| 2.1.2. Cambio de perspectiva para el equilibrio personal. | 12 |
| 2.1.3. Factores que influyen en su desarrollo | 13 |
| 2.1.4. Cómo desarrollarla. | 15 |
| 2.1.5. Importancia del Sentido del Humor | 16 |
| 2.2. Aporte Psicoanalítico: Cómo explica Freud la concepción del dolor..... | 17 |
| 2.2.1. Concepción del dolor según Freud..... | 17 |
| 2.2.2. Manejo del duelo en los niños..... | 17 |
| 2.3. Aporte Personalista: Búsqueda del sentido de la vida y del dolor, Viktor Frankl | 18 |
| 2.3.1. Obstáculos que se presentan..... | 18 |
| 2.3.2. Aprender a valorar el sufrimiento | 19 |
| 3. Aporte Antropológico..... | 20 |
| 3.1. Concepción antropológica del dolor en la vida del hombre | 21 |
| 3.1.1. Diversas actitudes ante el dolor..... | 21 |
| 3.1.2. El dolor como sustancia o accidente. | 23 |
| 3.2. Educación de las Virtudes Humanas y Fundamentales. | 24 |
| 3.2.1. Desarrollo de las virtudes..... | 24 |
| 3.2.2. Su importancia..... | 25 |

| | |
|---------------------------------------------------------------------------------|----|
| 3.2.3. Virtud del Orden..... | 25 |
| 3.2.4. Virtud de la fortaleza..... | 26 |
| 3.2.5. Cómo desarrollarla: ejemplos prácticos | 28 |
| 3.2.6. Virtud de la Paciencia | 29 |
| 3.2.7. Cómo ir desarrollando esta virtud | 30 |
| 3.2.8. Condiciones para desarrollar la paciencia en los niños..... | 30 |
| 3.2.9. Virtud de la Generosidad..... | 31 |
| 3.2.10. Actitudes en la generosidad..... | 32 |
| 3.2.11. El pensamiento de los niños y la generosidad..... | 32 |
| 3.2.12. Desarrollo de la generosidad en los hijos..... | 33 |
| 3.2.13. Virtud de la Perseverancia..... | 36 |
| 3.2.14. Desarrollo de la perseverancia | 36 |
| 3.2.15. Enseñar a los hijos a enfrentarse a los obstáculos | 37 |
| 3.2.16. Enseñar a los niños a aceptar sus errores y rectificarlos. | 38 |
| 4. Aporte Pedagógico | 39 |
| 4.1. Enseñanza por medio de la literatura | 39 |
| 4.2. Aprendiendo por medio del juego..... | 41 |
| 4.3. Enseñar a los niños a auto-regularse | 42 |
| 5. Apoyo Espiritual..... | 44 |
| 5.1. Encíclica del Valor del sufrimiento de Juan Pablo II | 45 |
| 5.1.1. El mundo del sufrimiento humano | 46 |
| 5.1.2. Sentido del dolor desde la visión de la fe..... | 47 |
| 5.1.3. El sufrimiento vencido por el amor de Jesucristo | 47 |
| 5.1.4. Frutos del sufrimiento en el hombre | 49 |
| 5.2. Pedagogía del dolor Inocente..... | 50 |
| 5.2.1. Concepción del dolor | 50 |
| 5.2.2. La visión del dolor desde el punto de vista de la fe cristiana..... | 51 |
| 5.2.3. Un niño sufriente se asemeja a Cristo Crucificado | 52 |
| 5.2.4. Pedagogía sobrenatural del dolor | 52 |
| 5.2.5. La relación del niño en edades tempranas con el mundo sobrenatural | 53 |
| 5.2.6. Métodos y elementos de la pedagogía del dolor inocente..... | 54 |
| 6. Conclusiones..... | 55 |
| 7. Bibliografía..... | 58 |

Resumen

El presente ensayo tiene como objetivo analizar, de acuerdo a los distintos enfoques: médico, psicológico, antropológico, espiritual y pedagógico, la posibilidad de enfrentamiento al dolor en edades tempranas. La vida familiar, escolar y todo el entorno que rodea a los niños son una escuela de virtudes para contribuir en la formación de personas optimistas, fuertes, que asumen sus debilidades para mejorar. Una de esas realidades es el dolor, que acompaña en todas las etapas de la vida. Si se ha aprendido a enfrentarlo en la niñez, entonces será posible manejarlo en la adolescencia, adultez y vejez. ¿Es posible encontrar un sentido al dolor? La respuesta se enmarca desde distintas perspectivas. Se concluye que la educación en el enfrentamiento del dolor debe realizarse de manera integral con el ejemplo y ayuda de los padres y maestros.

Abstract

This essay aims to analyze, according to the different approaches: medical, psychological, anthropological, spiritual and pedagogical, the possibility of confronting pain in early ages. Family, school life and the whole environment surrounding children are a school of virtues that contribute to the formation of optimistic, strong people who assume their weaknesses to improve. One of those realities is pain, which accompanies all stages of life. If you have learned to deal with it in childhood, then it will be possible to handle it in adolescence, adulthood and late adulthood. Is it possible to find the sense of pain? The answer is approached from different perspectives. It is concluded that the education in the confrontation of pain must be done in an integral way with the example and help of parents and teachers.

Palabras Clave

Enfrentamiento del dolor, edades tempranas, educación en virtud, ejemplo de padres y adultos, trascendencia del dolor.

Introducción

El ser humano, desde su nacimiento, se enfrenta al dolor. Al niño desde pequeño se le enseñan los diferentes hábitos que necesitará para vivir: comer, alimentarse, caminar, comunicarse, entre otros; Sin embargo, poco se considera la realidad de que el hombre no

nace con la capacidad de sufrir, y no se educa al niño en este aspecto. Muchas veces, el manejo de esta realidad se da desde la evitación hasta la distracción, y no se enseña al niño a enfrentarse al dolor para darle un sentido.

Esta evitación constante del dolor ha creado niños y personas vulnerables ante los sufrimientos de la vida. Tras haber realizado las prácticas en el Hospital Pediátrico Baca Ortiz, fue posible palpar la realidad de la falta de conocimiento en el manejo del dolor con los niños. Más aun, cuando se realiza el acompañamiento a personas adultas, uno puede identificar que un gran número de los sufrimientos que experimentan se deben a heridas no cicatrizadas que traen desde la infancia. Después de estas experiencias, surgió el cuestionamiento ¿es posible que los niños aprendan a darle un sentido al sufrimiento desde su primera infancia? Primero, para que no sean víctimas de los dolores que existirán en su vida; segundo, para que formando hábitos, el niño pueda aprender a manejar el dolor con esperanza, para sí mismo y para los demás.

Para aproximarnos a este cuestionamiento, el primer paso implica conocer la perspectiva que se ha tenido del dolor a lo largo de la historia; para así comprender el manejo del mismo en la actualidad. Adicionalmente, es necesario conocer cómo se maneja el dolor en las diferentes especialidades, considerando a la persona en todas sus dimensiones: biológica, psicológica y espiritual.

Decía Olga Lizasoain, “...preguntarse por el sentido de la enfermedad es hacerlo, en gran parte, por el de la vida” (Lizasoain, 2007).

Exposición y Argumentación

1. Atención médica

Al exponer el punto de vista médico es importante empezar con ciertas definiciones de base. Se aclarará cuál es el concepto de salud, de enfermedad, de dolor, y de enfrentamiento que se maneja desde la medicina.

1.1. Definiciones esenciales

Según la Asociación Internacional del estudio del dolor, éste se define como “una experiencia desagradable, sensorial y emocional, asociada a una lesión”. Partiendo de esta

definición se comprende que la medicina no lo distingue sólo como un dolor físico, sino que el “dolor expresado por el paciente viene modulado desde diferentes fuentes, tanto físicas como emocionales, sociales y espirituales” (Vallejo M & Lino G, 2010, pág. 15).

El dolor es siempre subjetivo, es decir, cada persona se enfrenta y lo percibe de una manera distinta, muy personal; aunque, en ocasiones, la persona no logra verbalizarlo, esto no excluye la existencia del mismo. No hay que olvidar que el dolor es “una experiencia somatopsíquica de carácter multidimensional” (Vallejo M & Lino G, 2010, pág. 15)

Más aún, el concepto salud proviene del latín *salus*, que significa solución. Según la OMS, “la salud es un estado completo de bienestar físico, mental y social influenciado por el medio ambiente que rodea a la persona” (Pardo, 1997). Lo que aclara que no sólo comprende la ausencia de enfermedad biológica.

Tomando en cuenta lo mencionado anteriormente, se explicarán algunos de las propuestas de la medicina para el manejo y enfrentamiento del dolor. Es importante aclarar que el manejo del dolor dependerá del tipo de enfermedad, el riesgo de la misma, la edad del paciente, entre otros.

1.2. Señales del dolor en los niños

Por otro lado, para poder enfrentar a los niños al dolor es importante aprender a identificar, desde el punto de vista médico, cuándo pueden estar enfrentándose a la experiencia del dolor, e inclusive conocer cuáles son las causas del mismo. La manifestación del dolor en los niños irá cambiando de acuerdo con la edad porque a medida que crece, tiene mayor capacidad de expresar sus sentimientos a través de las palabras. Estas señales son importantes a considerar; para que, una vez identificado el dolor, se pueda ayudar al niño a enfrentarlo con mayor eficacia. A continuación, se mencionarán las señales que permiten identificar el dolor en niños de preescolar y en la etapa de escolaridad.

Los niños en edad preescolar suelen presentar gestos de dolor, o rigidez, o se niegan a ser tocados, y lloran con mayor facilidad. Algunos logran describir con palabras lo que están sintiendo, aunque no es algo muy común en esta edad. Adicionalmente, los niños podrán presentar mayor inquietud o irritabilidad. Otro factor importante, es que suelen sentir temor de expresar el dolor por el tratamiento que este implica.

En edad escolar, los niños tienen mayor capacidad de describir con mayor detalle el dolor experimentado, haciendo referencia al tipo, causa, y la magnitud del mismo. En esta edad suelen buscar proteger el área afectada y hacen gestos de dolor. Inclusive, pueden parecer estar retraídos emocionalmente, presentarse irritables, inquietos, o tener dificultades en el sueño.

1.3. Concepción de la enfermedad en los niños

Según Piaget, la comprensión de la enfermedad o del dolor dependerá del estadio de desarrollo en el que se encuentre el niño. Junto con otros investigadores, Piaget define tres tipos de explicación de la enfermedad según el niño.

La primera, es la explicación prelógica, en la cual “el niño está dominado por la inmediatez de algunos aspectos de sus experiencias perceptivas”. Dentro de esta, se describen dos tipos de explicaciones, el fenomenismo y las explicaciones por contagio. En la primera se describe “la enfermedad por un fenómeno externo y concreto que puede ocurrir junto con la enfermedad, pero que está alejado de ella [...] sin que el sujeto sea capaz de explicar de qué manera ese fenómeno cause la enfermedad”. Es decir, si al niño se le preguntara qué le enfermó podría decir que fue a causa del sol. Más aún, según el segundo tipo, la explicación por contagio, “la causa de la enfermedad se localiza en los objetos o personas próximas al niño, pero no en contacto con él”. Por ejemplo, el niño se enferma porque tiene mucha gente cerca (Del Barrio M, 1990, pág. 75).

En segundo lugar, la explicación lógico-concreta, “el niño distingue lo que es interno y externo a sí mismo”. Dentro de ésta se encuentra la explicación por contaminación, “la causa se ve como una persona, objeto o acción externa al niño que entra en contacto con él y que posee un aspecto dañino” (Del Barrio M, 1990, pág. 75). Adicionalmente, por la explicación de internalización, el niño comprende la enfermedad de acuerdo con los síntomas que presenta la misma.

En tercer lugar, la explicación lógica formal, dentro de la que también se encuentran dos sub explicaciones; la psicológica y la psicofisiológica. En la explicación psicológica, el niño es capaz de comprender que a pesar de que la causa de la enfermedad es externa, ésta se desarrolla en estructuras y procesos internos del organismo. Mientras que, en la explicación psicofisiológica, el niño reflexiona no sólo sobre los procesos fisiológicos internos, sino que también percibe una segunda causa psicológica para la misma. Por ejemplo, comprende que

un paro cardíaco implica que el corazón deja de funcionar bien, pero que esto se debe a altos niveles de estrés o sobrecarga de trabajo, entre otros (The Child Advocate, 2015).

1.4. Importancia del apoyo de los padres

Frente a estas señales y comportamientos se requiere de la guía de los padres y superiores para que los niños sepan cómo manejar su dolor. Antes que nada, lo que se debe buscar con el niño es tratar de explicarle de manera concreta, considerando su desarrollo cognitivo, qué es lo que está sucediendo. Para esto, los padres podrán valerse de un muñeco que sea cercano al niño y explicarle con este qué es lo que tendrá que enfrentar. El niño requiere que alguien le acompañe en su dolor, y le provea todas las ayudas para disminuir el dolor y mantenerlo controlado. Para esto es fundamental, que se desarrolle alguna rutina para calmar al niño antes y después de una experiencia estresante por su enfermedad.

Segundo, es importante que el niño reciba elogios por sus logros frente al manejo de su enfermedad. Tercero, se recomienda que el niño mantenga actividades que le permitan seguir manteniendo su vida cómo antes de la enfermedad; sobre todo, su proceso de escolarización, así como la libertad de jugar y compartir con otros, en la medida que sea posible.

1.5. Respuesta adecuada frente al dolor biológico o natural

Se debe tomar en cuenta que los padres son los primeros en sufrir la enfermedad o dolores que esté padeciendo su hijo. No obstante, los adultos que acompañen al niño en los primeros sufrimientos: vacunas, resfriados entre otros; "...deben estar convencidos de que son pequeños entrenamientos para la superación de otras pruebas físicas más grandes o de más gravedad". El rol del adulto consiste en, animar al niño a superar con valentía el dolor por medio de objetivos concretos y fáciles de alcanzar. Esto es fundamental ya que, "La superación buena del dolor físico es las que consigue del niño una apertura al mundo exterior y a los demás" (Catret M, 2007, pág. 91).

Para esto, es importante tomar en cuenta algunos aspectos. Primero, educar al niño a responder al dolor desde el papel del vencedor y no como víctima de lo que está sucediendo, considerando que a pesar de cualquier pérdida siempre habrá un aprendizaje de valor. Segundo, se debe procurar "No hacer de cada dolor una tragedia que envuelva el ambiente del pequeño" (Catret M, 2007, pág. 91). Para esto se recomienda evitar manifestaciones de angustia desproporcionadas frente al niño, quejas o conversaciones que giren, exclusivamente, en torno a la dificultad. Tercero, es esencial para los niños pequeños que

sus padres estén presentes con el fin de animar a sus hijos frente al dolor, y compartir juegos con ellos, ayudándoles a cambiar de actividad, y asumiendo, junto con sus hijos las quejas y manifestaciones de dolor.

1.6. Método

Para identificar y manejar de manera adecuada el dolor en los niños se recomienda ciertos pasos a seguir. Como primer paso, se busca realizar una anamnesis del dolor. Es decir, conocer la historia que rodea el dolor para saber cómo intervenir sobre el mismo, tanto a nivel biológico como psicológico. En este aspecto se profundiza sobre cuándo inició el dolor, en dónde, qué lo mejora o empeora, cómo lo describe la persona, entre otros aspectos. Más aún, en medicina, se establece como principio que, “el manejo del dolor deber ser proporcional a la intensidad y duración del mismo” (Espinosa, Calero, & Jara, 2015, pág. 62). Es decir, paulatinamente, se dan distintas herramientas a la persona para enfrentarlo.

Algunas opiniones médicas consideran realizar procedimientos que ayuden al niño a enfrentarse al dolor. “El estar preparado antes los procedimientos (según la edad y nivel de desarrollo) le ayudará a evitar el dolor tanto emocional como físico, y a entender y enfrentar la situación”. (Children's, 2012). Utilizar elementos de relajación como música, cuentos o canciones que le ayudarán al niño apartarse por un momento del dolor. Realizar movimientos lentos, rítmicos y constantes para tranquilizarlo y reducir el nivel de ansiedad. Para esto, puede ayudar alguna rutina de ejercicios, masajes o algunos juegos que sean del interés del niño.

1.7. Instrumentos para identificar el dolor

La medicina se apoya en diversos instrumentos que permiten identificar, tanto al niño como al doctor, el dolor que se está padeciendo. Dichas herramientas toman en cuenta no sólo el dolor físico, sino lo que el niño pueda estar experimentando a nivel psicológico. A continuación, se introducirán los diversos tipos de herramientas utilizadas y la finalidad de las mismas.

El uso de estos instrumentos es importante, dado que, dentro de la medicina se consideran factores psicológicos, como la ansiedad, el temor al dolor, a la muerte, la pérdida de control y distintos factores que influyen en los efectos del dolor (Vallejo M & Lino G, 2010). La utilización de los mismos variará de acuerdo a la edad del niño, a su desarrollo cognitivo, entre otros. La medicina se apoya de algunas herramientas como medidas psicológicas, ya

que éstas, “permiten acceder al estado subjetivo del paciente con el doble fin: a) obtener la máxima información sobre las distintas dimensiones de la percepción del dolor... b) valorar sus cogniciones y reacciones emocionales ante la experiencia dolorosa” (Quiles, Hofstadt, & Quiles, 2004, p. 360).

La información obtenida por estas herramientas se conoce como un auto informe infantil, ya que el niño, a partir de una introspección, logra identificar sus emociones y percepciones. Esta información difícilmente podrá ser obtenida de manera eficaz por las valoraciones de los padres o médicos. El autoinforme infantil se considera la forma más fiable y válida para la valoración del dolor del paciente pediátrico, “siempre que el instrumento utilizado sea apropiado y se adapte a la edad y características socioculturales del niño”. (Quiles, Hofstadt, & Quiles, 2004, p. 360).

Entre las herramientas de valoración del dolor se pueden encontrar: métodos proyectivos, entrevistas estructuradas, escalas, inventarios, cuestionarios y finalmente los auto-registros.

Los métodos proyectivos permiten “evaluar características cuantitativas de dolor, así como la vivencia del proceso y su repercusión en la vida habitual del niño” (Quiles, Hofstadt, & Quiles, 2004, pág. 360). Dentro de estos, un método muy eficaz es la interpretación de los dibujos del niño. Por medio de este el niño podrá estar expresando su dolor, sea por medio de los colores, gráficos presentados, zonas lesionadas, etc.; gracias a ello, se puede conocer el estado anímico del niño, así como la percepción que está experimentando en ese momento.

Las entrevistas estructuradas, “permiten evaluar de forma completa la experiencia dolorosa, sin centrarse únicamente en los aspectos cuantitativos” (Quiles, Hofstadt, & Quiles, 2004, pág. 361). Un ejemplo puntual es *The Pediatric Pain Questionnaire*, en el que el niño deberá completar ciertas preguntas que están relacionadas de forma directa con el dolor percibido.

Añadiendo a esto, existen varios tipos de escalas que permite al niño dar a conocer la localización, gravedad, duración y la intensidad del dolor, y así poder saber los resultados de los tratamientos proporcionados. El uso de la escala dependerá de la edad del niño. Con niños más pequeños, hasta los 7 años, se utilizan escalas que contengan imágenes, mientras que, con niños mayores, de 7 años en adelante, se proporcionarán palabras o números para que el niño cuantifique la sensación del dolor. Por ejemplo, para los niños hasta los 7 años se utiliza la *Escala de las nueve caras*, en la que se encuentran cuatro rostros que se muestran diversas magnitudes de afecto positivo, cuatro más de afecto negativo, y una neutra. Se le

pide al niño que elija la cara que representa como se está sintiendo. Así como esta escala, existen muchas otras que permitirán al niño identificar el dolor en ese momento (Quiles, Hofstadt, & Quiles, 2004, pág. 363).

Los cuestionarios, “pueden ser una fuente de información adicional sobre la causa del dolor, las actitudes del niño, su entendimiento del dolor, el entorno familiar, su habilidad para describir y conocer las experiencias anteriores de dolor” (Quiles, Hofstadt, & Quiles, 2004, pág. 364). Aparte del cuestionario mencionado con anterioridad, existe el *Cuestionario de afrontamiento del dolor*, diseñada para niños y adolescentes, el cual consta de ocho subescalas que persiguen obtener información acerca de cómo el niño se acerca a la experiencia de dolor, y las formas en que busca evitar el mismo (Quiles, Hofstadt, & Quiles, 2004, pág. 365). Además de este, existen otros cuestionarios que permiten al niño, familiares, doctores y enfermeras, reconocer o describir la sensación de dolor.

Finalmente, los auto-registros o auto-informes, permiten “presentar la conducta de dolor en el mismo momento que se produce” (Quiles, Hofstadt, & Quiles, 2004, pág. 366). Entre estos se puede encontrar el diario del dolor, el diario de la cefalea, etc. Dichos auto-informes se realizan dos veces al día, antes y después de la intervención médica como un seguimiento del proceso que se esté realizando en el niño.

Una herramienta muy útil es el diario del dolor. Este es muy positivo ya que permite relacionar el dolor con las actividades de la vida cotidiana. Dicho instrumento tiene como objetivo conseguir “el informe del paciente mismo para mejorar el control del dolor en todas sus situaciones en casa” (Vallejo M & Lino G, 2010, pág. 19). Con esto se busca que el paciente aprenda a identificar la intensidad del dolor, que permite que este disminuya o aumente en el tiempo.

Aunque la redacción de un diario de dolor podrá exigir ciertas habilidades en el niño, este se puede modificar para que el niño lo utilice de diferentes maneras. Se le podrá pedir que dibuje, o que ejemplifique con colores o signos cuánto, cuándo, cómo le duele.

TABLA III. INSTRUMENTOS MÁS ADECUADOS EN CADA NIVEL EVOLUTIVO

| <i>Instrumentos más adecuados en cada nivel evolutivo</i> (Adaptado de Chambers y McGrath, 1998) (59) | | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>Primera infancia</i> (2 años) | Información de la sensación de dolor pero no de su intensidad | Pedir percepción del dolor de forma directa en un lenguaje familiar para el niño y con la ayuda de los padres |
| Preescolares (4-5 años) | Pueden usar medidas estandarizadas | Poker Chip Tool (Hester, 1985) |
| Escolares (6-7 años) | Pueden ser una medida fiable y cuantificable de su dolor | Escalas de caras Escala de las siete caras Termómetros del miedo <i>The Word Rating Scale</i> VAS Diagramas corporales Oucher |
| Adolescentes | Pueden distinguir los aspectos sensoriales y afectivos del dolor | <i>The Word-Graphic Rating Scale</i> (Savendra et al, 1990) |

(Quiles, Hofstadt, & Quiles, 2004, pág. 366)

2. Corrientes Psicológicas

2.1. Concepción Humanista: La Resiliencia

La Corriente Psicológica de la Resiliencia se dedica exclusivamente al estudio del dolor. Partiendo de la realidad de que toda persona a lo largo de su vida se enfrenta a diferentes tipos de sufrimientos, se ha buscado desarrollar diversas estrategias para que un niño, desde su primera infancia, sea capaz de manejar el dolor, sin que este se convierta en un obstáculo en su vida. Propone medios para integrar el sufrimiento en la vida del hombre por medio de la construcción de una personalidad resiliente.

2.1.1. Definición

Con la psicología humanista se ha desarrollado, a lo largo del tiempo, el concepto de la resiliencia.

La resiliencia “tiene su origen en el latín *resilio* que significa volver atrás, volver de un salto, resaltar, rebotar” (Muñoz G & De Pedro S, 2005, pág. 112). En principio era un término que provenía de la física, no obstante, para la educación implica la capacidad para ir hacia adelante. No se enfoca únicamente en la capacidad para resistir, sino que da un siguiente paso, hacia la reconstrucción.

Grotberg define la resiliencia cómo, “la capacidad humana universal para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas e incluso ser transformado positivamente por ellas” (cit.

en Muñoz G & De Pedro, 2005, pág. 112). Es decir que niños y adolescentes tienen la capacidad de ayudarse a sí mismos frente a cualquier adversidad.

Vanistendael describe la resiliencia como, “una invitación para vivir con nuestras fragilidades, con una *inteligencia de la vida*, para renunciar a un cierto perfeccionismo, paradójicamente para vivir mejor en el mundo real” (Vanistendael, Vilar, & Pont, 2009, pág. 97).

Cyrułnik la define como “la resistencia al sufrimiento [...] señala tanto la capacidad de resistir las magulladuras de la herida psicológica como el impulso de reparación psíquica que nace de esa resistencia”. En otras palabras, dice, “capacidad para soportar el golpe y restablecer un desarrollo en unas circunstancias adversas” (Catret M, 2007, pág. 53).

2.1.2. Cambio de perspectiva para el equilibrio personal.

Al hablar de resiliencia implica un cambio en la percepción de la realidad, de las dificultades, por lo que implica una reflexión y un diverso uso de estrategias concretas para que el niño logre desarrollarla desde la infancia.

Este cambio de perspectiva, busca eliminar la concepción educativa, que el aprendizaje de los niños debe basarse únicamente en sus fortalezas. La propuesta de la resiliencia busca en los niños “...conocer sus puntos débiles y puntos fuertes, su modo de ser, de sentir, de pensar, de reaccionar” (Catret M, 2007, pág. 83); considerando, de esta manera, la realidad integral de cada niño, y hacer que se potencie su máxima capacidad.

Hablar de resiliencia es una invitación a modificar las prácticas educativas con el propósito de lograr en el niño una formación holística. Es decir, se deben buscar los recursos y estrategias para desarrollar de manera adecuada las capacidades cognitivas, psicológicas, psicomotrices, autonomía, habilidades sociales y equilibrio personal. Teniendo en cuenta que esto no sólo se puede desarrollar con directrices dadas al niño, sino que exige que el que lo guíe en esta formación, sea un ejemplo positivo para él.

Además, la educación para la resiliencia implica reconocer que, a pesar de que se debe evitar sufrimientos en la vida de un niño; no existe una realidad en que haya una total invulnerabilidad frente al dolor (Muñoz G & De Pedro S, 2005, pág. 177).

Más aun, propone que no existe la fatalidad, es decir no hay situación alguna que determine a la persona a la desesperanza (Muñoz G & De Pedro S, 2005). No obstante, “es preciso

cuanto antes dar sentido a la fractura para no permanecer en ese estado de confusión en el que no es posible decidir nada porque no se comprende nada” (Catret M, 2007, pág. 54).

En el caso puntual de los niños se explica que se trata de “no dirigirnos al niño como una víctima potencial, sino como una persona que tiene recursos para desarrollar su propia resiliencia y que puede volverse un recurso para otros” (Muñoz G & De Pedro S, 2005, pág. 117).

2.1.3. Factores que influyen en su desarrollo

Se comprende que la resiliencia no es una habilidad aislada, sino que implica una combinación de factores, “se caracteriza por un conjunto de procesos sociales e intrapsíquicos que posibilitan tener una vida sana, viviendo en un medio insano” (Muñoz G & De Pedro S, 2005, pág. 113). Además, considera el entorno físico, social, la etapa evolutiva y la cultura donde se encuentra inmerso cada individuo.

Se debe aclarar que la resiliencia no es un atributo con el que nacen los niños, sino que se debe desarrollar con el tiempo; “El niño pequeño siempre rechazará siempre, de entrada, todo aquello que “desorganice” su mundo” (Catret M, 2007, pág. 54). Dicho esto, se puede afirmar que la resiliencia es una habilidad que se construye a lo largo de la vida, y será un resultado del equilibrio de los factores protectores, de riesgo y de personalidad con los que cuenta un niño.

Amparo Catret (2007) lo explica de la siguiente manera:

“La voluntad de vivir, el sentido de la vida, el sentirse útil o necesario, el saberse miembro de una familia unida [...] da ánimos, sustenta, alienta y da fueras que llegan hasta el organismo y lo hacen resistente ante la debilidad o enfermedad” (pág. 77).

Los factores de riesgo que se deben considerar en un niño podrán ser: el excesivo trabajo de sus padres que les impide estar con sus hijos, la presencia de un “[...] carácter inmaduro de alguno de los padres”, la ruptura del hogar, situación económica complicada, entre otros. (Catret M, 2007, pág. 78).

Grotberg propuso un modelo en que el expone cuáles son las actitudes necesarias para enfrentarse a la adversidad. Para esto explica que, el niño debe contar con un ambiente social facilitador, contar con ciertos recursos personales e ir desarrollando ciertas habilidades sociales (cit. en Muñoz G & De Pedro, 2005, pág. 115).

Un ambiente social facilitador hace referencia a las redes de apoyo social; es decir, tener un grupo de pertenencia comunitario o religioso. Un aspecto esencial, es “la aceptación incondicional del niño o adolescente por parte de su familia, amigos y escuela” (Muñoz G & De Pedro S, 2005, pág. 115).

Las personas que el niño tenga a su alrededor, padres y maestros, deberán propiciarle al niño ciertas ayudas específicas. En primera instancia, el niño debe tener claro sus límites para aprender a evitar las dificultades. Segundo, estas personas que lo guíen deberán ser capaces de mostrarle con su ejemplo la manera correcta de proceder frente a diferentes adversidades, “Las reacciones que los hijos observen en sus padres ante el peligro, lo inesperado o la enfermedad, quedarán grabadas en su memoria” (Catret M, 2007, pág. 26). Tercero, los padres y maestros, deberán ser guías que le ayuden al niño a desarrollar su propia autonomía. Por último, el niño necesita tener la certeza que estas personas estarán a su lado cuando se encuentre en peligro, esté padeciendo alguna enfermedad, o presente cualquier necesidad (Muñoz G & De Pedro S, 2005, pág. 116).

Por este motivo, hay ciertas actitudes que deben considerar los padres y maestros. Para empezar, se debe establecer una relación personal con el fin de ser capaces de ponerse en el lugar del otro y así comprender los puntos de vista del niño. Para esto, se debe desarrollar de manera adecuada la escucha, junto con la expresión verbal y no verbal. Es importante la confianza en las capacidades del niño, evitando la humillación, el ridículo, la desvalorización y la indiferencia que afecten la visión que tiene el niño de sí mismo.

Grotberg explica que los recursos personales son, “la fuerza psicológica interna que desarrolla el niño en su interacción con el mundo” (cit. en Muñoz G & De Pedro, 2005, pág. 116). Dentro de esto se considera la autoestima, la empatía, el optimismo, la fe, y el sentido del humor. Destaca la importancia de que el niño se sienta amado y valorado por los de su entorno; a partir de esto, aprenderá a ser respetuoso consigo mismo y con los demás. Además, el niño deberá aprender a alegrarse cuando obra el bien para los otros, estar dispuesto a ser responsable por sus actos y las consecuencias de los mismos, y tener esperanza en su entorno. El profesional o padre que los guía deberá, “ayudarlos a reconocer y fortalecer los vínculos afectivos que los unen [...] a encontrar los recursos internos que poseen, mediante una revisión de su historia personal” (Muñoz G & De Pedro S, 2005, pág. 118).

El último aspecto a considerar son las habilidades sociales, es decir, “Ser capaz de manejar situaciones de conflicto, tensión, o problemas personales” (Muñoz G & De Pedro S, 2005, pág. 116). El niño debe saber que puede hablar con alguien sobre aquellas cosas que le asusten o inquieten; y que no será juzgado o reprochado por estas. Además, debe contar con estrategias para resolución de problemas y de autorregulación. De manera concreta, el niño requiere de “...tutores afectivos, puntos de referencia, recuerdos de momentos felices, personas que le han amado y, desde estas imágenes construir nuevamente cimientos de estabilidad afectiva” (Catret M, 2007, pág. 54).

2.1.4. Cómo desarrollarla.

El profesor y sociólogo, Stefan Vanistendael con la ayuda de Jaques Lecomte, proponen un modelo para el desarrollo una personalidad resiliente. Dichos autores comparan la construcción de la resiliencia con una casita, “Cada estancia representa un campo de intervención posible, para los que quieren contribuir a construir, mantener o reestablecer la resiliencia” (cit. en Muñoz G & De Pedro, 2005, pág. 121). La descripción de este modelo se va desarrollando por los diferentes pisos y espacios que componen una casa.

Cómo primer elemento se encuentra el suelo, sobre el que se construye la casa, el cual presenta ciertas necesidades elementales. Haciendo una comparación con la persona, este suelo sería las relaciones sociales, y como elemento fundamental, la aceptación incondicional y profunda de la persona. Esta aceptación deberá ser en cuanto a la importancia de la persona como tal y no condicionada por el comportamiento que la misma pueda presentar (Muñoz G & De Pedro S, 2005, pág. 121).

Segundo, la planta baja de la casa, la cual corresponde a la capacidad de la persona de encontrar un sentido a su vida. En este nivel se fundamentan los proyectos concretos, que en la particularidad del niño se verán relacionados con lo que suceda en su entorno. El establecimiento de un proyecto personal es esencial dado que, “para superar momentos... muy trascendentes para los ojos de los niños, es necesario tener **grandes ideales** y saber hacia dónde encarar el barco” (Catret M, 2007, pág. 99). En este aspecto el adulto juega un papel fundamental, ya que “el descubrimiento de sentido no es una actividad individual, puede ser activado por adultos favoreciendo el diálogo con los demás seres vivos y el entorno material” (Muñoz G & De Pedro S, 2005, pág. 121).

En el siguiente piso se encuentran tres habitaciones: la autoestima, las competencias y aptitudes, el sentido del humor y estrategias de adaptación. Las habitaciones mencionadas deben estar ligadas entre sí, cada una es necesaria para el desarrollo positivo de la siguiente. Estas habilidades, para que formen de manera adecuada, deben ser incentivadas y ejemplificadas por los padres y maestros del niño.

La autoestima hace referencia, a la capacidad de estar a gusto consigo mismo, y al apoyo incondicional de los que le rodean. Junto con esta capacidad se encuentran las aptitudes y competencias, las cuales se componen de: actitudes relacionales, de supervivencia, profesionales y cognitivas; que permiten la expresión de emociones, sentimientos junto con la habilidad de resolver las diferentes dificultades de la vida de manera práctica y eficaz.

2.1.5. Importancia del Sentido del Humor

“El sentido del humor es uno de los mejores recursos para superar las dificultades. Con él se puede encontrar el distanciamiento necesario para sobreponerse a cualquier situación” (Catret M, 2007, pág. 123).

El sentido del humor, es esencial ya que permite la construcción de vínculos y asociaciones inesperadas (Muñoz G & De Pedro S, 2005, pág. 122). Para Vanistendael, el humor es uno de los aspectos más importantes. Este se puede definir como, “un recurso creativo que permite encontrar respuestas nuevas, para situaciones que no parecen tener salida”; otros lo definen como, “la capacidad de poder sobrellevar una situación adversa que amenaza, con un balance de emociones que tiendan a facilitar el comportamiento constructivo” (cit. en Trujillo, 2010, pág. 19). En términos de la resiliencia, se menciona el humor como una actitud positiva, alentadora frente a diferentes aspectos de la vida, mas no como el chiste o la risa que pueden ser considerados como una respuesta específica en una situación determinada.

Estudios realizados han demostrado que, “los niños utilizan el humor para enfrentar el estrés, la ansiedad y la culpa, entre otras experiencias...se destaca la importancia que tiene el humor en términos de enfrentamiento a la adversidad” “.... aquellas personas que utilizan el humor como estrategia de afrontamiento (coping) dicen tener menor cantidad de problemas de salud que aquellos que no lo utilizan” (cit. en Trujillo, 2010, pág. 25). Teniendo esto en consideración, se debe aclarar que el humor es una habilidad innata en la persona, pero que debe ser fortalecida desde el entorno.

2.2. Aporte Psicoanalítico: Cómo explica Freud la concepción del dolor.

En este apartado se explicará la propuesta de Freud frente al dolor y cómo lo experimentan los niños. Se presentarán los mecanismos de defensa que se muestran como medios de enfrentamiento negativo al dolor. Se ejemplificará de manera puntual el duelo en los niños como una experiencia del dolor.

2.2.1. Concepción del dolor según Freud

Partiendo del hecho que la existencia humana está vinculada la experiencia del dolor, la postura de Freud explica "...la importancia del dolor como fundante de una experiencia originaria, lo nombra pseudopulsión" (cit. En Donghi, 2014) El dolor es planteado como una pseudopulsión dado que, "el dolor es efecto de la pérdida traumática, es decir no se puede nombrar, no es subjetivable. El dolor anuncia del cuerpo, es un límite adentro-afuera" (Migdalek, 2010, pág. 339).

2.2.2. Manejo del duelo en los niños

Freud explica que, "...el sufrimiento de la persona en duelo es debido a su apego interno con el fallecido... el objetivo del duelo es separar estos sentimientos y apegos con el objeto perdido" Añade a esto, "...Como resultado de un proceso de duelo, el "yo" queda liberado de sus antiguos apegos y disponible para vincularse de nuevo con otra persona viva" (cit. en Villegas, 2006, pág. 4).

Para el enfrentamiento del duelo o del dolor, Freud afirma que se pueden presentar algunos mecanismos de defensa en los niños. Estas defensas, aclara, "son mecanismos de protección que permiten a los individuos a movilizarse en su mundo, sin tener que mostrar más emociones e inseguridad que lo que desean hacer" (cit. en Villegas, 2006, pág. 6).

Los mecanismos psíquicos de defensa más comunes son: Primero, el rechazo, por medio del cual se niega la realidad como un medio de resistencia a afrontar las experiencias de dolor. Segundo, la represión, este busca evitar que los sentimientos de ansiedad se den a conocer. Tercero, la racionalización, por medio de este se busca controlar las emociones, evita que emerjan sentimientos, y se basa en el uso de la racionalidad. Cuarto, el aislamiento, la persona busca la soledad, y no se permite establecer relaciones sociales con otros. Además, "el aislamiento se encuentra también en el mismo interior de la persona cuando se da una separación entre sus planos emotivo e intelectual". Quinto, la regresión, se da cuando la

persona vuelve a un estadio anterior. Sexto, la somatización, “es un mecanismo por el que la tensión no es liberada, si no absorbida por el organismo;” En este aspecto, “el cuerpo paga el precio por la incapacidad del individuo de canalizar sus energías y emociones al exterior” (cit. en Villegas, 2006, pág. 6).

2.3. Aporte Personalista: Búsqueda del sentido de la vida y del dolor, Viktor Frankl

Los fundamentos de la Logoterapia, desarrollada por Viktor Frankl, se basan en la búsqueda del sentido de la vida, considerando el sentido del dolor y el sentido del amor. A partir de su experiencia en el campo de concentración, Frankl afirma que, “el ser humano no nace con la capacidad de sufrimiento. Al contrario, debe adquirirla, debe aprender a sufrir”. Por esto mismo para el hombre es difícil encontrar el sentido del dolor, pero encontrarlo, explica Frankl, es imprescindible. En uno de sus libros, Frankl, toma una cita de Nietzsche para explicar su postura, “Pero no fue el sufrimiento mismo su problema sino la ausencia de respuesta al grito de la pregunta: ¿para qué sufrir?” (cit. en Luna, 2011, pág., 25).

Frankl distingue dos maneras de enfrentarse al dolor. Estas son, “...la parte del hombre que se desespera ante el sufrimiento; y, por otra, el hombre para el que no exista ninguna situación dolorosa que no pueda ennoblecer o que no pueda soportar” (cit. en Catret M, 2007, pág. 48).

2.3.1. Obstáculos que se presentan.

Frankl explica la existencia de varios factores que impiden al hombre ese aprendizaje. Un impedimento que existe es el consumismo. Este es un obstáculo significativo ya que, “lleva a los hijos a una “vita mínima” y los convierte en títeres de necesidades falsas y caprichos solapados donde la razón no ve, por tanto, la voluntad no tiende al bien” (cit. en Catret, 2007, pág. 33). Además, construye en los hijos una personalidad superficial, volátil, permisiva, llevando a que se muevan por interés.

Otro impedimento que “...plantea la sociedad para aprender a asumir el sufrimiento es la ilusión de poder corregir todo, conseguir todo”. Esto significa que, “Se piensa que todo en la vida puede ser corregido, no se aceptan limitaciones”. Considerando el anhelo de perfección en el hombre la logoterapia reconoce la importancia de la voluntad de placer. No obstante, advierte al hombre que deberá aceptar aquello que no puede modificar; y que deberá asumir lo no-perfecto. El llevar a una persona a asumir lo no-perfecto, y aprender a

sufrir traerá grandes beneficios en su vida. Frankl afirma que, “sufrir significa obrar y crecer, pero también madurar” (cit. en Luna, 2011, pág. 32).

Otro aspecto que actúa como obstáculo ante el dolor son el uso de compensaciones materiales. Esto se debe considerar, ya que “Consolarles con premios materiales es habituarles a que busquen compensaciones materiales que irán creciendo con la edad” (Catret M, 2007, pág. 34). Además, la compensación que vendrá del sufrimiento, que es la madurez como persona, no viene de manera concreta, y si el niño tan sólo espera lo material, no valorará el mejorar como persona.

Frankl explica que ha habido poca educación del dolor en la crianza de los hijos, por lo que afirma existen niños y adolescentes dictadores, que buscan obtener todo con facilidad; y al no poder obtenerlo, sufren de manera desmesurada, y buscan huir de la frustración por medio del consumo de sustancias (cit. en Luna, 2011). Por este motivo, Frankl recomienda un cambio en la educación de los niños, en que se exige esfuerzo y sacrificio, como una estrategia para aumentar la tolerancia a la frustración. Esto preparará a los niños para que en un futuro puedan sobrellevar los momentos difíciles sin la presencia de sus padres.

2.3.2. Aprender a valorar el sufrimiento

Lo que busca Frankl es proponer una nueva visión del sufrimiento, como un medio para llegar a una madurez plena. Sólo por medio del sufrimiento se puede alcanzar la verdadera libertad interior a pesar de que exista una dependencia externa. A lo que se refiere Frankl con la dependencia externa, es lo que se relaciona con los valores creativos y vivenciales. Los valores creativos son “aquellas actividades que el ser humano realiza como el trabajar, el divertirse, el ayudar a otras personas... Frankl dice que son cosas que el hombre le da al mundo” (cit. en Luna, 2011, pág. 22). Mientras que, los valores vivenciales o de experiencia son los que se relacionan con la belleza, el amor, la verdad, el arte, la experiencia religiosa, entre otros.

No obstante, el hombre “es libre en la realización de los valores actitudinales: libre “de” todas las condiciones y condicionamientos y libre “para” el dominio interno del destino, “para” el sufrimiento auténtico” (cit. en Luna, 2011, pág. 22). Esto significa que, a pesar de las circunstancias, el hombre tiene la libertad para enfrentarse a su realidad de dolor y encontrarle un significado.

La libertad interior no está condicionada por ningún aspecto externo, el sufrimiento podrá “representar una de las posibilidades para aumentar la tolerancia a la frustración, adquiriendo más *defensas* que doten al ser humano para confrontarse ante futuras adversidades inevitables” (cit. en Luna, 2011, pág. 21).

Para profundizar en esta explicación, Frankl hace un contraste entre el sufrimiento con y sin sentido; y el sufrimiento inevitable e innecesario. Por un lado, considerando que el sufrimiento está inmerso en la vida de todos los hombres, se debe tener presente que al encontrar sentido al dolor, se sufre menos. Y si se presenta la desesperación, significa que la persona no le ha encontrado un sentido a su dolor.

Por otro lado, existe el sufrimiento auténtico, el cual es inevitable para la persona; este es “aquel que debe despertar la búsqueda de los valores del tercer orden: los actitudinales” (Luna, 2011, pág. 22). Cuando se presenta un dolor inevitable, se disminuye todo exhibicionismo del dolor, y el que lo padece está llamado a darle un sentido para trascender.

Se explica que, “El arte de vivir a pesar del sufrimiento omnipresente, se puede conseguir con el ejercicio constante de la inteligencia y de la voluntad, dominando la imaginación y frenando la memoria que aportará recuerdos o experiencias anteriores...” (Catret M, 2007, pág. 48). Para esto es fundamental la ayuda de los padres, para que por medio de una comunicación adecuada, los hijos logren exponer sus dificultades y así evitar que se amplíe el pánico a sufrir o adelanten el dolor de sufrimientos que nunca llegarán a darse. Por medio del diálogo, se podrán “reelaborar esos pensamientos, ayudar a los pequeños o no tan pequeños a diagnosticarlos y poner las soluciones adecuadas” (Catret M, 2007, pág. 48).

3. Aporte Antropológico

Viktor Frankl explica que el hombre es unidad de tres dimensiones, física, psíquica y espiritual. Con esto busca presentar al hombre como un ser holístico, es decir que se le debe tomar como un todo y no por partes. Así da a entender cómo “una enfermedad en una de las tres dimensiones afecta a las otras dos” (Luna, 2011, pág. 19). Considerando la unidad indivisible del hombre, el enfrentamiento del dolor se debe formar en todas las dimensiones; “El dolor, de alguna manera, “desorganiza” la comprensión del hombre con su propio cuerpo y con las relaciones sociales y afectivas que le rodean” (Catret M, 2007, pág. 41). Esta argumentación introduce la concepción antropológica del dolor, explicada por Leonardo

Polo. Concepción que da razón de la importancia de la educación en las virtudes humanas como un factor necesario para el enfrentamiento del dolor.

3.1. Concepción antropológica del dolor en la vida del hombre

Leonardo Polo, filósofo, explica que el dolor presenta en sí mismo una dificultad específica, es ininteligible. Esto significa que, “tenemos conciencia del dolor, pero no podemos prestar a eso “entidad de razón”. Por lo tanto, hacer una aproximación al dolor buscando definirlo desde su esencia no es posible, este no puede ser explicado desde la inteligencia humana. Esto se debe a que, “no puede plantearse directamente porque la mente ante él queda sin fuerzas y sin recursos y porque [...] lo más característico del dolor es que el hombre no puede adoptar ante él una actitud referida, clavada en él mismo”. (Polo, 1996, pág. 1).

A pesar de que el sufrimiento no puede ser comprendido por la sola razón humana, se ha intentado dar un sinnúmero de explicaciones al mismo; “Es propio del hombre la extrañeza ante el acontecimiento doloroso, el no poderse acostumbrar a él, que se concreta en la búsqueda de una razón explicativa” (Polo, 1996, pág. 3). El dolor siempre invita al hombre a constatar su propia existencia, llegando a cuestionar lo más íntimo de su ser que se pone en crisis tras la experiencia de dolor. Polo explica que, al no poder darle una definición al dolor como tal, se debe contemplar como el hombre lo define desde su propia existencia, “el sentido humano del dolor es lo que el dolor significa para el hombre” (1996, pág. 2).

3.1.1. Diversas actitudes ante el dolor.

Se han presentado a lo largo de la historia, diferentes respuestas ante el dolor. En todas ellas se puede contemplar la dimensión ininteligible del dolor, la comprensión de que no todo dolor es curable, y, por lo tanto, muchas veces se ha intentado dejarlo al margen. A continuación, se presentarán diversas actitudes ante el dolor:

Actitud Médica

Considerando que el sufrimiento es ininteligible, “La preocupación por la aparición o surgimiento temporal del dolor se orienta hacia y culmina en la búsqueda de métodos capaces de conjurar a nuestro molesto acompañante” (Polo, 1996, pág. 3). Es decir, la primera respuesta o actitud frente al dolor es la búsqueda de que éste termine. La medicina se ocupa principalmente de remediar el dolor. Como lo explica Polo, “La medicina contempla como dolor aquello que ha de ser curado [...] No se trata de un simple ángulo de consideración del

sufrimiento sino de una entera actitud humana adoptada ante él” (Polo, 1996, pág. 3). Con esto se entiende que la medicina más que reflexionar sobre el dolor, lo que busca es eliminarlo; ante cualquier daño, se persigue su remedio inmediato. Cabe distinguir entre el dolor concreto y el dolor como tal, entre curación y alivio del dolor. Frente a un dolor concreto se comprende la actitud de la medicina; sin embargo, nunca se puede perder de vista que la medicina no puede pretender remediar todos los males. Según Polo, el dolor suspende en el hombre el uso de sus facultades, y lo convierte en una presa de sus sufrimientos y el alivio del mismo es una exigencia necesaria. Afirma el autor,

“El alivio del dolor viene exigido por el amor a la persona, hundida y “anegada” en el dolor, desaparecida en él. No se trata ya, propiamente, de curación del dolor, sino, de salvación de la persona, que no ha de ser curada, sino, más en el fondo, sacada del dolor” (1996, pág. 5).

En este sentido el foco de interés no está en la eliminación del dolor, sino en la búsqueda de aliviar al hombre doliente para que pueda reintegrarse en todo su ser. Esta distinción busca vislumbrar cómo el dolor afecta al hombre en su integridad, en toda su dimensión personal y no sólo a sus facultades.

La actitud hinduista

El hinduismo percibe al dolor como un factor que marchita todas las dimensiones de la vida de la persona. En la búsqueda de la liberación de sí mismo, de sus faltas pasadas para llegar a la divinidad, contempla al dolor como una esclavitud de la cual debe liberarse. Por ello afirma, “El cuerpo es dolor porque en él están los dolores; los sentidos, los objetos, las percepciones son dolor porque llevan al sufrimiento; el mismo placer es sufrimiento porque es seguido de sufrimiento” (Polo, 1996, pág. 6). La actitud hindú comprende el dolor como un punto de referencia del cual debe alejarse para llegar a otro mundo.

Actitud griega.

A diferencia del hinduismo, en la antigua Grecia “ante el dolor se plasmó en la idea del destino, al que el hombre está entregado y así despersonalizado, entregado al juego de fuerzas impersonales” (Polo, 1996, pág. 8) Para los griegos, la experiencia del dolor es un obstáculo difícil de superar, frente al cual el hombre no puede enfrentarse. El sufrimiento no encuentra un sentido personal en la naturaleza del hombre, sino que es algo impuesto que deberá soportarlo.

De manera concreta, Platón explica que, "...tanto el placer como el dolor, que encadenan el alma al cuerpo y corrompen su naturaleza originaria, constituyen modalidades de vida inferior, de las que el alma debe liberarse para alcanzar la máxima perfección" (Montiel, 1995). Según Platón, el hombre debe evitar todo tipo de dolor para poder alcanzar la máxima felicidad. Sin embargo, menciona que,

"Por obtener placer cometemos actos ruines, y por evitar penas nos apartamos de las bellas acciones. Por lo cual, cómo dice Platón, es preciso que desde la infancia se nos guíe de modo que gocemos o nos contristemos como es menester, y en eso consiste la recta educación" (cit. En Trueba, 2009).

Por otro lado, Aristóteles presenta la idea del dolor en la *Ética a Nicómaco*, "...convengo con todo el mundo en que el dolor es un mal, y que es preciso evitarlo. Tan pronto es un mal absoluto, como es sólo un mal relativo, porque se nos presenta como obstáculo para hacer ciertas cosas" (cit. En Azcaráte, 2005).

La concepción griega del dolor es, en cierto sentido más alta que la hindú, aunque no llega a la trascendencia del mismo ya que dice, "El sufrimiento despierta lo humano, hace resonar su gran riqueza de sentido" (Polo, 1996, pág. 8). Y al ser parte del destino del hombre, éste está enredado en él, sin ser capaz de dar el paso hacia lo que se puede encontrar más allá del dolor en sí mismo.

La actitud hebrea

La respuesta de fe, presentada por la figura de Job. Esta figura permite contemplar ciertos aspectos del dolor. Primero, "el dolor no es determinante de una concepción general del mundo, sino que depende de una primaria interpretación de la realidad, en función de ella juega". Esto quiere decir que la experiencia de dolor también está directamente relacionada con la persona que la padece; y afecta en todas las dimensiones de la misma. Segundo, Job, logra encontrar el gozo después del sufrimiento, debido a una fundamental convicción en la trascendencia del ser. Esto explica que "El dolor no llega a teñir la vida toda como situación insuperable, porque la vida humana está anclada definitivamente en la fe en Dios" (Polo, 1996, pág. 8). A pesar de que la figura de Job añade una nueva actitud frente al dolor, no descifra en su totalidad el problema del mismo; Job abrasa la realidad del dolor al ponerla frente a Dios como el todo, y el hombre como la nada.

3.1.2. El dolor como sustancia o accidente.

Partiendo de la filosofía aristotélica, nace el cuestionamiento si el dolor es algo sustancial o accidental en el hombre. Sin embargo, Polo explica que este no puede caer dentro de ninguna de estas dos dimensiones, el dolor no es en sí mismo sustancia ni accidente.

Afirma Polo que el dolor no es accidente dado que, “El advenimiento del dolor no es semejante al de una propiedad de la naturaleza [...] No es algo sobrevenido, cuya presencia en el sujeto añada al ser de este”. En otras palabras, el dolor podría ser considerado como una esencia en sí misma que se da en una dimensión muy profunda del hombre. No obstante, Polo explica que el dolor tampoco es una sustancia, “La noción de sustancia expresa una íntima consistencia sólida y bien compacta que es incompatible con la crisis o ruptura propia...en el dolor...”; “... el dolor no es una realidad que vague por el mundo abstraída del hombre, y que le acometa desde fuera...tampoco es un constitutivo primario del ser humano”. Surge en el ser humano, este se instaura en el hombre y exige que se le haga un espacio. Lo que permite comprender que no existe dolor sin doliente, el dolor no actúa sin un lugar donde se le dé cabida. El hombre es el único ser capaz de abrir la puerta a la aparición del dolor, dice Polo, “el dolor se constituye como tal en cuanto que se instala en el hombre” (Polo, 1996, pág. 10).

3.2. Educación de las Virtudes Humanas y Fundamentales.

3.2.1. Desarrollo de las virtudes.

“Para que el sufrimiento que irremisiblemente acompañará a los hijos a lo largo de su existencia sirva para su crecimiento y mejora personal, es imprescindible estructurar su inteligencia, su corazón y su voluntad con hábitos firmes de tal modo que, cuando llegue lo inesperado, lo costoso, el esfuerzo o cualquier prueba, tengan recursos para superar aquello que, a primera vista, parece repulsivo” (Catret M, 2007, p. 12).

Para comprender la formación de la virtud como aspecto esencial en el manejo del dolor se debe conocer las bases de la misma. La virtud, según Santo Tomás, es definida como, “lo máximo a que puede aspirar el hombre, o sea, la realización de las posibilidades humanas en el aspecto natural y sobrenatural”. Según Pieper, es, “la elevación del ser en la persona humana” (2010, pág. 10).

Hay ciertas virtudes esenciales que se adquieren en los primeros años de vida, que influirán de manera esencial en la capacidad de enfrentarse al dolor. Algunas de las virtudes que

prepararán al niño para poder darle frente al dolor son: el orden, la fortaleza, la paciencia, la perseverancia, y la generosidad. Las virtudes antes mencionadas son importantes ya que se ha podido comprobar que, “El dolor, el sufrimiento y las pruebas despiertan en el hombre la necesidad de recurrir a valores como la fortaleza, la reciedumbre, la paciencia, etc” (Catret M, 2007, p. 11). Adicionalmente, éstas permiten el fortalecimiento de la esperanza que muchas veces se ve afectada por la experiencia de dolor. Aunque éstas se desarrollarán a lo largo de la vida, en la primera infancia se establecen los primeros cimientos de las mismas.

Se debe tener en cuenta que “La educación en cualquier ámbito requiere entrenamiento de hábitos”; sobre todo en los primeros años de vida. Dichos hábitos actuarán como base para la formación de cualquier virtud que se quiera alcanzar. Por este motivo la primera virtud que se debe forjar en los niños es el orden. Ya que, “Dar sentido al dolor e integrarlo en la personalidad de un niño como una experiencia positiva y enriquecedora, no se improvisa” (Catret M, 2007, p. 13). Debe existir una exigencia diaria hacia los niños, sobre un plan constante que deberán vivir.

3.2.2. Su importancia

Las virtudes antes mencionadas forman parte de las virtudes morales naturales o humanas. Según Isaacs, éstas son las que el hombre puede adquirir mediante el esfuerzo continuo. El desarrollo de las mismas es fundamental para la madurez humana, la cual es esencial para el enfrentamiento del dolor. Alcanzar esta madurez implica, “...cierta estabilidad de ánimo, en la capacidad de tomar decisiones ponderadas y en el modo recto de juzgar los acontecimientos y los hombres” (Isaacs, La Educación de Virtudes Humanas y su Evaluación, 2003).

La formación de toda virtud dependerá de la repetición de un mismo acto varias veces, esto sucederá en los niños sólo con algún tipo de exigencia de parte del adulto; acompañada del ejemplo del mismo en la vida cotidiana. Dicha exigencia debe darse en un espacio de libertad; lo que significa que el niño elige hacer esto o aquello porque lo ve como bueno, le ayuda a crecer como persona, le hace feliz, y hace felices a los que él ama.

3.2.3. Virtud del Orden

Isaacs describe la adquisición de la virtud del orden cuando, “Se comporta de acuerdo con unas normas lógicas, necesarias para el logro de algún objetivo deseado y previsto, en la organización de las cosas, en la distribución de las actividades, por iniciativa propia, sin que

sea necesario recordárselo” (Isaacs, La Educación del Orden, 2003, pág. 115). Sin embargo, aclara el autor que esta virtud no puede concebirse como un fin en sí misma, sino que, con el apoyo de la prudencia, ayudará a establecer lo necesario para alcanzar objetivos de mayor bien. Para fomentar la virtud del orden en los hijos es fundamental el ejemplo de los padres. Se podrá comprender que incluso para los padres les sea difícil ser ordenados, pero “los padres educan a los hijos en las cosas que ellos están intentando superarse...” (Isaacs, La Educación del Orden, 2003, pág. 116).

Los padres y educadores tienen la grata misión de formar personalidades maduras e independientes, y para ello deberán anticiparse y pensar a futuro sobre qué bases necesitarán sus hijos y sus alumnos para enfrentarse a los diferentes obstáculos que se presentan en la vida. Hay ciertos hábitos que parecería no tener importancia, pero que establecerán los fundamentos para una personalidad madura.

Según Catret, algunos de los hábitos que se deben formar en la primera infancia son:

- Hábito en la hora de las comidas.
- Hábito de establecer una hora fija para el baño.
- Hábito para dar un paseo, para compartir en el parque.
- Hábito para que aprendan a jugar en zonas determinadas.
- Hábitos de higiene personal.
- Hábito de recoger su cuarto.
- Hábito de ayudar con algún encargo en el hogar. (2007, págs. 13)

Uno de los aspectos más importantes a educar en el orden es la distribución del tiempo en relación a saber diferenciar lo urgente de lo importante. Este aspecto es difícil tanto para padres e hijos, pero deberán enseñar a los hijos a ordenar sus actividades en relación a lo que es prioritario a cada momento. Ubicación de las cosas, momento de la realización de cada actividad son acciones que deben orientar los padres para que los hijos aprendan a hacerlas de acuerdo a la finalidad que se persigue en cada acción.

3.2.4. Virtud de la fortaleza

La siguiente virtud, afirmando que es la más importante en este aspecto, es la fortaleza. Según Isaacs, es fuerte quien en: “... situaciones ambientales perjudiciales a una mejora personal, resiste a las influencias nocivas, soporta las molestias y se entrega con

valentía...para vencer las dificultades y para acometer empresas grandes” (Isaacs, La Educación de la Fortaleza, 2003, pág. 65). Por otro lado, Pieper la define como, “...la disposición para realizar el bien a costa de cualquier sacrificio” (2010, pág. 18). Al hablar de esta virtud es importante tener presente que no consiste en realizar actos sobrehumanos, sino hacer las cosas de la vida cotidiana como resultado de una suma de esfuerzos.

La fortaleza se divide en dos aspectos que acentúan su importancia de acuerdo al objetivo planteado, estas son, la capacidad de resistir y de acometer.

Empezando por el aspecto de resistir, este hace referencia a la habilidad de una persona para mantenerse en una situación, aunque no le sea de su agrado, e inclusive le cause algún dolor, en la búsqueda de un bien mayor que les va a favorecer.

Explica el autor que para desarrollar la fortaleza en los niños se debe comprender la tendencia que tienen para vivir el presente, y comprender las cosas sólo como causa y efecto. Teniendo esto en cuenta se debe motivar al niño a que no solo busque que el efecto le beneficie, sino que, procediendo de un acto de amor pensando en el otro, opte por el mayor bien, sea para sí mismo o los demás, aunque esta decisión implique un mayor vencimiento. El autor propone un ejemplo que ayuda a ilustrar lo mencionado para una mejor comprensión, están dos hijos jugando con algo que hace mucho ruido mientras su hermano bebé está durmiendo. La madre tiene dos opciones, pedirles que no jueguen porque despertarán al niño, u ofrecerles una segunda opción de juego. David Isaacs explica que el primer caso exige un mayor esfuerzo de parte de los chicos, que permite el desarrollo de la virtud de la fortaleza. Ya que se resistirían a seguir jugando por ayudar a su madre y al bebé, este resistir se relacionaría con el amor y el cuidado de un ser querido; lo que permite relacionar la fortaleza con la capacidad de amar y de sacrificarse por otros.

Otro aspecto a considerar es educar en la capacidad de resistir a diferentes molestias e influencias. Sea porque miembros de su entorno le quieran llevar a cosas contrarias al bien, o porque tendrán ciertos temores o dificultades en su vida que deberán enfrentar en algún momento. El autor cita algunos ejemplos comunes en los niños, como el temor a la oscuridad, a lo desconocido, a estar solos. Para esto es importante que los padres les ayuden gradualmente a ir enfrentándoles y actúen con valentía.

Finalmente, el desarrollo de la capacidad de resistir permite “aceptar lo que nos ocurre con deportividad, no pasivamente, con deseos de sacar algo bueno de las situaciones más

dolorosas” (Isaacs, La Educación de la Fortaleza, 2003, pág. 72). Es decir, que a pesar de que se presenten injusticias, o sufrimientos no deseados, saber sacar el mejor provecho de cada situación, evitando caer en el papel de víctimas; por ello, aprender a “...descomplicar, simplificar...incluso reírse o tomarse con humor las decepciones son los recursos que servirán para no quedarse inútilmente anclados en frustración” (Catret M, 2007, pág. 105).

Consiguientemente se debe considerar el segundo aspecto, acometer. Este se relaciona con la búsqueda de alcanzar un bien arduo o difícil; implicará tener iniciativa, ponerlo en marcha y llevarlo a cabo, aunque conlleve un gran esfuerzo. El aprender a acometer impulsa la capacidad de saber enfrentarse a los problemas y saber resolverlos. Inclusive se relaciona de manera directa con la perseverancia, ya que no es una acción aislada, sino un esfuerzo que debe sostenerse en el tiempo. Isaacs explica que se debe ver el esfuerzo como algo necesario y conveniente. No obstante, no puede darse solo como una aceptación racional, dado que se requiere fuerza interior para enfrentarse a las dificultades, sino percibir un sentido más profundo, “decisión para emprender el camino...valor para no asustarse ante la presencia del enemigo...coraje para atacarle y vencerle y mucha constancia para llevar el esfuerzo hasta el fin sin abandonar armas en medio del combate” (Isaacs, La Educación de la Fortaleza, 2003, pág. 76)

3.2.5. Cómo desarrollarla: ejemplos prácticos

El autor propone ciertos ejemplos que se pueden poner en práctica desde la primera infancia, como medios para iniciar el desarrollo de la virtud. Un medio muy eficaz para desarrollar la fortaleza es la práctica del ejercicio constante, establecer una hora fija para levantarse, baños en agua fría. Es muy provechoso que las madres busquen generar en sus hijos la resistencia, sin que esto afecte a su salud: que no sacien inmediatamente sus necesidades de alimento, bebida, abrigo, dando una razón sobrenatural y humana, que la asuman y la acepten.

Es esencial que los padres promuevan medios para crear iniciativa en sus hijos, uno de estos es la habilidad para la resolución de problemas; dice el autor, “No se trata de resolver los problemas que puedan resolver los hijos por su cuenta, ni tampoco se trata de descubrirles los problemas cuando los niños mismos deberían darse cuenta de la situación” (Isaacs, La Educación de la Fortaleza, 2003, pág. 74). Por ejemplo, si los niños están constantemente llegando tarde al autobús, en vez de que los padres les digan qué hacer para llegar temprano, tendrían que reflexionar con sus hijos qué medios deberían poner para llegar a tiempo. En otras palabras,

“Hay que fomentar la autonomía del niño sin “solucionarle” el problema, arreglar lo que han manchado o estropeado, o incluso “tapar” o “sobreprometer”. Dejarle tiempo para asumir, tiempo para hablar, tiempo para encontrar o elegir la solución, tiempo para pedir perdón o rectificar” (Catret M, 2007, pág. 101).

Finalmente, Isaacs afirma que hay algunas áreas prioritarias en las que los padres deberán poner especial atención: 1) Dar posibilidades a los hijos para que no solo se esfuercen en lo que hagan, sino que aprendan a resistir. 2) Estimular a los hijos para que por propia iniciativa se establezcan metas que supongan un esfuerzo que se mantenga en el tiempo. 3) Enseñar a los hijos a tomar postura frente a las cosas, formar criterios propios y llevar una vida coherente de acuerdo a como piensan y viven. 4) Motivar a los hijos a superarse a ellos mismo, enfrentando retos y temores. Algunas de estas cosas no se podrán lograr con los niños mientras estén en sus primeros años de vida; sin embargo, se debe considerar que los padres deberán enseñar a sus hijos con el ejemplo para que puedan adquirirlos a lo largo de su desarrollo personal y buscar historias, cuentos en donde se evidencie esta virtud en algunos de los personajes.

3.2.6. Virtud de la Paciencia

Esta virtud se relaciona de forma directa con la fortaleza, principalmente tiene su influencia en el aspecto de la resistencia. Isaacs define a la persona paciente como, “...una vez conocida o presentada una dificultad a superar o algún bien que tarda en llegar, soporta las molestias presentes con serenidad” (Isaacs, La Educación de la Paciencia, 2003, pág. 274). Esta virtud es importante ya que permite reconocer los límites de las posibilidades actuales, sin buscar ansiosamente llegar demasiado lejos o con demasiada prisa.

Al hablar de la virtud de la paciencia como medio para enfrentar los niños al dolor, es fundamental reconocer la influencia del entorno, empezando por los padres, que requieren de esta para educar a sus hijos, y para enseñarles con el ejemplo a saber esperar y soportar con serenidad; “Si la rebeldía es la protagonista de las reacciones de los adultos que educan al niño, éste aprenderá ese mismo recurso protestando ante un suceso” (Catret M, 2007, pág. 21). Es importante considerar el aspecto cultural: se exige inmediatez, se esperan los resultados a corto plazo e inmediatos, y poco se consideran las metas que requieran un mayor tiempo. Por la búsqueda de la eficacia y eficiencia, es difícil que las personas aprendan a esperar. En este entorno crecen los niños. Ahí es donde surgen los problemas, porque como

describe Isaacs, las cosas naturales son las que tardan en llegar, como por ejemplo la adquisición de una virtud como beneficio propio y para la sociedad.

Otro aspecto influyente de la sociedad es “la tendencia de no ver valor en soportar molestias” (Isaacs, La Educación de la Fortaleza, 2003, pág. 277), pocos son los que comprenden que la felicidad supone un poco de dolor y no sólo placer. Es decir, para alcanzar la felicidad siempre se necesitará de la paciencia para soportar el dolor, sin que este obstaculice esa felicidad tan anhelada.

Al aplicar todo lo mencionado a la población infantil, se debe tomar en cuenta que el niño no es por naturaleza paciente. Lo usual es que empiecen un juego y lo reemplacen por otro, o que inicien tareas y no se propongan terminarlas, que dejen inconcluso algo si les supone esfuerzo. Son los padres quienes deberán proporcionarles ayudas que les faciliten desarrollar la virtud paulatinamente.

3.2.7. Cómo ir desarrollando esta virtud

Isaacs propone varios puntos a considerar el momento de plantear actividades con los niños, que a la vez faciliten el desarrollo de esta virtud. El autor plantea que, “las actividades idóneas para estimular positivamente la paciencia requerirían soportar algunas molestias a fin de lograr lo deseado o evitar molestias mayores” (Isaacs, La Educación de la Paciencia, 2003, pág. 280).

Para la adquisición de la virtud de la paciencia, se proponen cinco aspectos que se pueden considerar: 1) el tiempo que se da entre lo que se hace y el fin que se busca alcanzar; 2) dominio de ciertas pasiones; 3) el esfuerzo para dominar alguna molestia corporal; 4) dominio de una tendencia de actividad mental inútil; 5) que el resultado de la actividad dé cuenta de cuan conveniente fue el autodomínio que se requería.

Estos aspectos antes mencionados, se podrán ir propiciando en los niños, a la par que se les presenten los motivos adecuados de por qué realizarlos. El autor explica, “la motivación surge porque se cree que, como consecuencia del acto de paciencia, se derivará algún bien para uno mismo, para los demás, o en honor de Dios” (Isaacs, La Educación de la Paciencia, 2003, pág. 281). Con esto se entiende que debe existir una finalidad clara para que se dé el acto de virtud.

3.2.8. Condiciones para desarrollar la paciencia en los niños

Uno de los aspectos más importantes para el desarrollo de la paciencia es la sensibilidad. La indiferencia y dureza del corazón son un obstáculo que no permite la adquisición de esta virtud. Por este motivo, a la par que se busca desarrollar en los hijos la paciencia, se deberá ayudar a los niños a desarrollar su sensibilidad; “El que está familiarizado con el sufrimiento no podrá darse el lujo de pasar de largo [...] El sufrimiento saca a las personas de sus posiciones egocéntricas” (Catret M, 2007, pág. 104). Teniendo presente que lo adecuado es que los hijos tengan sentimientos fuertes pero que hayan aprendido a encauzarlos, sean estos sentimientos inclusive ira, rabia, tristeza o alegría. Esto es importante para lograr “que el deseo de alcanzar el bien sea una fuerza vital en el ser de cada uno, y no sólo una razón intelectual” (Isaacs, La Educación de la Paciencia, 2003, pág. 283).

Considerando el aspecto de la sensibilidad mencionado anteriormente, el desarrollo de esta virtud dependerá de gran manera de la seguridad afectiva del entorno en el que se encuentre el niño. Los padres deberán enseñar con su ejemplo a aceptar las molestias, dificultades, esperando ellos con serenidad la llegada de lo que está bien. Si los niños crecen en un ambiente estable, de aceptación, donde exista una exigencia comprensiva, entonces podrán aprender que es bueno aceptar cierto dolor y molestias, porque lo han aprendido de sus padres. El ejemplo es importante, pero también es necesario el diálogo, la explicación por parte de los padres, frente a la realidad del dolor, de los contratiempos a lo largo de la vida. Generarán seguridad en sus hijos si les hacen saber que cuentan con ellos para saber enfrentar lo que sea consecuencia de sus propios errores o de otros.

3.2.9. Virtud de la Generosidad

Isaacs explica que, una persona que ha adquirido la virtud de la generosidad podría ser descrita de la siguiente manera, “actúa en favor de otras personas desinteresadamente, y con alegría, teniendo en cuenta la utilidad y la necesidad de la aportación para esas personas, aunque le cuesta esfuerzo”. “La generosidad desarrollada necesita de la fortaleza: la capacidad de acometer y luchar para algo que se sabe que vale la pena” (Isaacs, La Educación de la Generosidad, 2003, pág. 49).

“La generosidad supone utilizar la voluntad para acercarse al bien. Se trata de una entrega, una decisión libre de entregar lo que uno tiene” (Isaacs, La Educación de la Generosidad, 2003).

La adquisición de la generosidad dependerá de ciertas facetas; la primera, consiste en la apreciación del valor de lo que poseemos, sea de las cosas tangibles e intangibles. En relación con las cosas tangibles, estas se pueden entregar, regalar, prestar, entre otros; no obstante, es importante la intención que las motiva y como se las da.

La generosidad se puede manifestar en dar lo que a uno le sobra, sin tomar en cuenta la necesidad del que lo recibe, en repartir los bienes propios sin considerar lo que uno necesita para llevar una vida digna y en dar bienes tangibles cuando cueste dar algo que implique mayor entrega como el tiempo, cariño, atención, etc. ¿Es esta manifestación de la verdadera generosidad?

3.2.10. Actitudes en la generosidad

Se puede considerar una persona generosa aquella que está dispuesta esforzarse por hacer la vida de otros agradable, inclusive, si esto significaría vencer algo en sí mismos. Un defecto de virtud de generosidad se puede observar en una persona que no está dispuesta a recibir. Es decir, que no acepta ser ayudado por los demás, o tan solo propicia que los demás busquen el bien para sí mismos, pero no está dispuesta a recibir nada de los otros.

Dentro de los actos de la generosidad, se puede encontrar uno que implica un mayor esfuerzo que otros, la apertura y la posibilidad de perdonar. Considerando el perdón como un acto de generosidad y de amor con los otros y con uno mismo. La posibilidad del perdón nace de una gran seguridad interior, y el deseo de servir a los demás.

Isaacs explica que, considerar el aspecto del perdón se debe tomar en cuenta los siguientes aspectos: 1) No se trata de quitar importancia a los actos; 2) Reconocer la necesidad del otro de recibir amor. 3) Confiar en la posibilidad de mejora de la otra persona.

3.2.11. El pensamiento de los niños y la generosidad

En la primera infancia no es común encontrar un gran desarrollo de esta virtud, porque los niños aún no son capaces de reconocer la necesidad de los otros, ni el valor exacto de las cosas que posee. Lo que se puede observar con claridad es un alto sentido de posesión de las cosas; el niño todo lo considera de su propiedad exclusiva, incluyendo sus amigos, hermanos, entre otros. Los niños tienden a ser muy egocéntricos; es común que piensen que todo debe girar en torno a ellos, y sus necesidades. Con este motivo, ellos buscan manifestar

actos de generosidad con el fin de agradar a los demás o simplemente en búsqueda de recibir alguna contraprestación.

En los niños se pueden encontrar actitudes de generosidad que persiguen algún fin en específico; sea porque la persona a quien se dirige su acto de entrega ha desarrollado una relación afectiva positiva con el niño o porque el niño presenta algún interés en especial. No obstante, este dar interesado más que ser motivado por la virtud de la generosidad, podrá nacer del egoísmo, porque parte de lo que el niño quiere o necesita sin considerar la necesidad del otro. Teniendo esto en cuenta, los padres deberán establecer los cimientos para que poco a poco los niños aprendan a ser generosos por un deseo de servir a los demás, y no por un interés personal.

3.2.12. Desarrollo de la generosidad en los hijos

Un aspecto para considerar en los padres es la generosidad del propio tiempo, que significa “estar dispuesto a sacrificar para el bien de los demás, algo que se guarda para la propia utilización” (Isaacs, *La Educación de la Generosidad*, 2003, p. 51). Este buen uso del tiempo va de la mano del valor de la presencia; es decir, la importancia de que el padre comparta tiempo con sus hijos o su esposa, tiempos de estar en familia propiciando un sentimiento de hogar y unidad. Este aspecto aplica para todos los miembros de la familia. Los padres deberán generar espacios donde los hijos salgan de sí mismos, de sus intereses, para escuchar a los demás. Con relación a esto, se debe procurar ordenar el uso de la tecnología para que no reemplace el compartir con la familia o con las personas que están cerca.

La relación que se establece entre generosidad y aceptación del dolor se puede resumir en el manejo de la atención oportuna que los padres deben dar a sus hijos el momento en que estos están atravesando algún sufrimiento. “Para que el sufrimiento propio haga al niño más generoso y solidario con los demás, es importante que el adulto no mime en exceso al pequeño en esos momentos” (Catret M, 2007, pág. 34). Le sería de gran ayuda para el niño conocer que hay otros niños en otros lugares que también son necesitados, y que están sufriendo. Así se podrá enseñar al niño a sublimar las situaciones de dolor ayudándole a salir de su egocentrismo para pensar en los demás.

Enseñarle al niño a que, a pesar de su dolor, piense en los otros, le permitirá desarrollar la compasión, empatía y la sensibilidad que a fin de cuentas mejoraran su capacidad de amar (Catret M, 2007). Por ello los padres, deberán promover que los hijos se esfuercen y realicen

por sí solos aquellas cosas que pueden hacer, para que a pesar del sufrimiento busquen salir de su pensamiento egocéntrico.

Sin haber mala intención en centrar la educación en el éxito, los padres no se detienen en dar importancia a la necesidad de los que rodean a los hijos. Esto genera personalidades individualistas con poca apertura hacia los otros (Isaacs, La Educación de la Generosidad, 2003).

Para fomentar el desarrollo de esta virtud, en principio se deberá orientar a los hijos a esforzarse en relación a aquellas personas que les son agradables. Algo que motiva a los niños a la generosidad es ver el resultado positivo en los otros. Más adelante, se les debe guiar el esfuerzo incluso frente a personas que le son desconocidas o no tan agradables. Se debe tomar en cuenta que, “es muy importante transmitir con el ejemplo, en las conversaciones en la vida de familia, que se valora más a las personas por lo que son y no por lo que tienen” (Catret M, 2007, pág. 36). Esto significa que en todo hogar se debe desarrollar un ambiente de amor y cariño por los demás, los padres deberán siempre hablar bien de los otros: comentando de manera positiva su forma de ser, de sus virtudes; para que así aprendan los hijos a valorar a los otros por su dignidad, y no por lo que puedan recibir de ellos. También es recomendable que inculquen en sus hijos el “... hábito de dar, de perdonar, etc, y luego se tratará de cimentar la rectitud de motivos, y desarrollar la intensidad con que se vive la virtud” (Isaacs, La Educación de la Generosidad, 2003, pág. 58). Un medio para educar en este aspecto consiste en que se procure enseñar a los hijos a regalar sus bienes a los más necesitados, no solo lo que este usado o no les guste, sino algo que implique un esfuerzo verdadero. Se debe inculcar a los hijos “el deseo de alegrar la vida de los demás con aquello que prefieran más o de lo que les cuesta desprenderse” (Catret M, 2007, pág. 36).

En este aspecto, el autor, David Isaacs, propone un ejemplo muy enriquecedor. Un niño recibe en Navidad quince bombones, llegan doce invitados a la casa, y la madre le pide al niño que regale bombones a todos los invitados. El niño sabiendo que se quedará solo con tres le dice a la madre que no. Viendo esta respuesta, la madre le quita los bombones y los regala a los invitados diciéndole al niño que así aprenderá a ser generoso. Tomando este ejemplo, dado que el acto de la generosidad no salió de la voluntad del niño, no se puede afirmar que el niño aprenderá a ser generoso sino todo lo contrario, podrá el niño pensar que la generosidad no es para él. Bajo el mismo ejemplo, lo que la madre debería haber buscado

es presentarle diferentes opciones, sea dar menos bombones, o aceptar la negación del hijo explicándole por qué sería bueno hacerlo.

Para contrarrestar la inclinación egocéntrica del niño, el autor recomienda un ambiente de participación y de servicio en la familia. Es decir, que desde que sean pequeños, todos los miembros de la familia colaboren por el bienestar de la misma, teniendo todos, un encargo específico que deberán desarrollar. Por ejemplo, el niño podrá ser el encargado de poner la mesa, u organizar algo en servicio de todos.

Para abrir los horizontes de entrega en el pensamiento de los niños, se debe trabajar en dos aspectos fundamentales: sensibilizarlos en las necesidades de los demás y enseñarles el valor de lo que poseen, el dinero, objetos tangibles, su posibilidad de perdonar, el tiempo, etc; y el esfuerzo detrás de la posibilidad de poseer estos elementos. Con esto el niño podrá, “adquirir un hábito de dar, basado en una apreciación del valor de lo que poseen y de sus posibilidades” (Isaacs, La Educación de la Generosidad, 2003, pág. 55).

Al hablar de las necesidades de los demás, hay varios aspectos a considerar. Primero, ser generoso con los demás no significa satisfacer caprichos. Por ello la generosidad debe ser guiada por la prudencia. En niños de edades tempranas, todo acto de generosidad que persiga satisfacer las necesidades de los otros deberá ser orientada por los padres. Ya que para que sea una decisión prudente es necesario tener información adecuada sobre la situación personal y la necesidad real del que se busca ayudar. A medida que van creciendo, los padres deberán dejarles actuar con mayor independencia, pero teniendo la seguridad de haberles proporcionado los criterios necesarios para tomar las decisiones más adecuadas.

Finalmente, algo que se debe considerar es que no se puede separar la generosidad de la intencionalidad de la persona. Se debe evitar caer en rutina, sino que se mantenga siempre presente el sentido del esfuerzo, y que las acciones nazcan de la voluntad del que las realiza. Hay que orientar el desarrollo de esta virtud buscando que a la persona le mueva “una convicción profunda de que los demás tienen el derecho de recibir su servicio, de que Dios le ha creado para servir” (Isaacs, La Educación de la Generosidad, 2003, pág. 59). Para esto se debe educar en la generosidad desde el concepto de darse basado en el amor, y no solo dar algo externo de uno mismo, sino buscar darse a uno mismo. Este darse implicará el saber lo que uno es y el auto-poseerse para poder entregarse. A pesar de que en los niños no existe esta conciencia los padres deberán, por medio de la reflexión, fomentar el anhelo de amar a los otros a través de los actos de servicio y entrega.

De manera concreta, se proponen los siguientes aspectos a educar en uno mismo y en los hijos:

1. Esfuerzo por reconocer las necesidades reales de los demás.
2. Reconocimiento de los talentos propios y se los pone al servicio de los demás.
3. Reconocimiento del valor de las propias posesiones, tiempo, esfuerzo, etc.
4. Realización de acciones buscando el bien de los demás con frecuencia.
5. Préstamo de posesiones propias a los demás, regalar cosas, escuchar a los otros, exigir de manera razonable.
6. Permitir que los demás realice acciones en favor propio.
7. Perdonar.
8. Superar el cansancio, la enfermedad, la pereza con el fin de atender a los demás.
9. Actuar en favor de los demás sin buscar un interés personal.
10. Esfuerzo por ayudar a las personas que no sean cercanas.
11. Guiar a los niños para que sus preocupaciones por los otros se conviertan en acciones concretas de ayuda a los demás.
12. Ofrecer oportunidades para que los niños puedan ayudar a los demás.
13. Ayudar a los niños a descubrir el valor de sus posesiones.
14. Guiar a los niños para que identifiquen con claridad cuál es el motivo para hacer algo por los otros: el amor a los demás y hacia Dios.

3.2.13. Virtud de la Perseverancia

La virtud de la perseverancia es esencial en el enfrentamiento del dolor. David Isaacs explica que quien es perseverante, "... una vez tomada una decisión, lleva a cabo las actividades necesarias para alcanzar lo decidido, aunque surjan dificultades internas o externas, o pese a que disminuya la motivación personal a través del tiempo transcurrido" (Isaacs, La Educación de la Perseverancia, 2003, pág. 99). Se trata de estudiar lo que implica que un niño alcance lo que haya decidido y sea capaz de buscar soluciones a los problemas que se presenten en el camino.

Al hablar de la perseverancia, se debe tener claridad que no se trata de un acto de obstinación o del cumplimiento de una rutina previamente establecida. Debe ir acompañada de la prudencia y del sentido común.

3.2.14. Desarrollo de la perseverancia

El desarrollo de dicha virtud depende de dos factores importantes, la intensidad con la que se busque vivirla y la rectitud de los motivos para alcanzarla. En el caso particular de los niños, la motivación principal para quedarse en una actividad dependerá de la exigencia de los padres, porque como se había mencionado, el niño no suele ver a largo plazo, tan solo se queda en la realidad concreta de ese momento.

En los niños menores de siete años es importante generar ciertos hábitos para que luego puedan alcanzar esta virtud. Por esta razón los padres deberán exigir mucho en pocas cosas: por ejemplo, que terminen un juego que hayan empezado, que no se paren de la mesa hasta terminar de comer, que cumplan con algún encargo de manera regular, que cumplan con las promesas que son razonables, entre otros. A pesar de que para un niño estos no tengan mayor sentido, los padres deberán ir orientándolos con el tiempo, y ayudarles a reflexionar en la conveniencia y utilidad del acto realizado. Esta virtud exige que cuando a un hijo se le pida esforzarse por algo, siempre se le presente el motivo con claridad. Esta explicación deberá considerar, “la importancia y la dificultad de lo propuesto, hará falta menor o mayor interiorización de su significado, y menor o mayor empeño, ayuda y orientación” (Isaacs, La Educación de la Perseverancia, 2003, pág. 107).

En el planteamiento de objetivos se debe considerar el tiempo que se requiere para lograrlos. Si abarca mucho tiempo, es difícil mantenerlo en cualquier etapa de la vida, con mayor razón, en un niño. Por esto, cuando al niño se le pida esforzarse en función de un objetivo, éste deberá tener muy claro qué es lo que va a alcanzar. Incluso, si es una meta a largo plazo, sería muy útil establecer objetivos temporales que le vayan marcando paso a paso lo que se busca cumplir y que le acompañen resultados significativos y no solo mirar el objetivo final, por ejemplo, a un estudiante, decirle que se irá de viaje si estudia durante todo el año. Debe haber un acompañamiento con una sana y cariñosa exigencia que le lleve a buscar mejoras en su actuar.

3.2.15. Enseñar a los hijos a enfrentarse a los obstáculos

Con respecto al cumplimiento de metas, pueden presentarse distracciones más atractivas para los niños u obstáculos que desanimen la realización de la misma. Para enfrentar dichos obstáculos, los padres o adultos implicados deberán considerar ciertos aspectos.

Primero, se recomienda que los padres enseñen a sus hijos a prever todos los obstáculos posibles; presentando algunos que puedan suceder, y preguntándoles a los niños también. A

partir de estos, sugerir posibles soluciones y animándole que frente a cualquier dificultad se puede encontrar una solución. Esto es esencial, por eso afirma el autor, “Si ya se conoce el enemigo es más fácil prepararse para vencerle” (Isaacs, La Educación de la Perseverancia, 2003, pág. 106).

Segundo, el objetivo planteado tiene que ser realista, alcanzable con esfuerzo, acorde a la edad, posibilidades y cualidades del niño. Además, debe ser concreto, “Será mucho más útil que un hijo se esfuerce mucho en pocas cosas que poco en muchas” (Isaacs, La Educación de la Perseverancia, 2003, pág. 106).

Tercero, los padres deberán dejar abierta la posibilidad de que el niño pueda acercarse a pedir orientación, y ellos procuren acercarse a dársela; “Para ser perseverante en la mayoría de las ocasiones hace falta contar con alguna ayuda en el proceso”. No obstante, padres y adultos tienen que tener presente, “No se debe orientar si se cree que hijo está pidiendo la ayuda por pereza o por comodidad” (Isaacs, La Educación de la Perseverancia, 2003, pág. 107). Para esto existen ciertos niveles de orientación a considerar por los padres y adultos:

1. Aclarar la situación para que el niño saque sus propias conclusiones.
2. Guiarle hacia una posible solución.

Finalmente, “es una misión importante de los padres enseñar a sus hijos a distinguir cuáles son las ayudas y cuáles son las personas idóneas” (Isaacs, La Educación de la Perseverancia, 2003, pág. 107).

3.2.16. Enseñar a los niños a aceptar sus errores y rectificarlos.

Aprender a reconocer los errores y buscar rectificarlos, es un aprendizaje fundamental para los niños; al aceptar que se equivoca, el niño comprenderá que otros también podrán equivocarse, y a veces causar sufrimientos a los demás o así mismos. Para esto hay que tomar en cuenta varios aspectos.

Primero, se debe evitar que el niño culpabilice a las cosas que le han hecho daño. Por ejemplo, si un niño se golpea contra una mesa, suele ser común que los padres le digan que fue culpa de la mesa y el niño la golpea. Aunque parezca algo poco importante, en este ejemplo en concreto, el niño no está aprendiendo a identificar que el golpe fue por descuido propio, sino que alguien más es responsable. Más bien, “si se acostumbra a los niños a advertirles de un error, una equivocación o varias que cometen al día, llevarán con

naturalidad la existencia del bien que pueden hacer y el mal que deben evitar” (Catret M, 2007, pág. 100).

Segundo, consiste en el “descubrimiento y aceptación de algo que han hecho mal” (Catret M, 2007, pág. 100). Esto significa, reconocer el error que han cometido y tener el valor de ser sinceros con lo sucedido. Es decir, si el niño rompe un plato, en vez de esconderlo, enseñarle a decir la verdad de los hechos. No obstante, se tiene que tomar en cuenta que para que esto suceda de manera adecuada, la actitud del adulto debe ser de escucha hacia el niño.

Tercero, después de que el niño presente su error y lo admita, el adulto deberá explicarle cómo puede rectificar. En esto, el mejor maestro es el ejemplo: el niño debe comprobar en lo cotidiano cómo los adultos rectifican. Para ayudarle a rectificar el error cometido, el adulto deberá con serenidad, ayudarle a encontrar la solución para lo sucedido. El niño aprenderá que a pesar de que con frecuencia podrá equivocarse, será su responsabilidad buscar soluciones de la mano del adulto (Catret M, 2007, pág. 101).

4. Aporte Pedagógico

Desde el punto de vista pedagógico, hay varias estrategias que se pueden utilizar para enseñar a los niños a enfrentarse al dolor. Lo que se recomienda es que en el momento que se presente la enfermedad se busque enfrentarla con creatividad, “La convalecencia no tiene por qué ser aburrida. Aprovecha para hacer aquello para lo que nunca tienes tiempo” (Catret M, 2007, pág. 91).

Dichas herramientas podrán ser consideradas tanto por los padres como por los docentes. Se enfocará en tres aspectos: la literatura, el juego, y enseñar a los niños a reconocer sus propias emociones.

4.1. Enseñanza por medio de la literatura

Una manera muy adecuada para ir enfrentando al niño a esta realidad es por medio de la literatura. Esto se debe a que, “Las palabras acompañan toda nuestra experiencia, la privada y la pública; tocan la razón, emoción e imaginación de cada uno de nosotros” (Thirion, 2010). En la experiencia del dolor, todas las dimensiones de la persona se ven afectadas, por lo que la lectura es capaz de influir en ellas de una manera natural para el niño. En muchas historias de niños se presenta la idea del dolor, la pérdida, el cometer errores, entre otros. Investigaciones diversas han demostrado que, “la lectura genera un espacio particular

en el que es posible la identificación con personajes y situaciones de nuestro entorno; por lo que permite procesar conflictos, miedos y estados de ambigüedad...” (Thirion, 2010).

Explica Boris Cyrulnik que los cuentos permiten a los niños “familiarizarse con una inquietante situación extraña, y de este modo no asustará...Sabe por experiencia que puede vencer un miedo. Ha adquirido una resiliencia verbal” (cit. en Catret, pág. 112). El autor afirma que por este medio aprenderán los niños a relacionarse con aquello que parece insólito.

Varios expertos, al trabajar en hospitales en México, desarrollaron la Biblioterapia, o terapia narrativa. El procedimiento para la misma consiste en la selección cuidadosa de cierta bibliografía específica, que vaya en relación a la sintomatología específica del individuo; o se relacione con aquello que esté padeciendo, sea físico o emocional. Se recomienda que los padres y educadores busquen en los cuentos “ejemplos de personajes, valores que puedan servir para mostrar a los hijos simpáticos modos de resolver problemas, situaciones donde hay que resolver un problema o aprender la moraleja que contiene la fábula” (Catret M, 2007, p. 111).

Inclusive, son recomendables aquellas historias que puedan producir en los niños cierta preocupación, temor o incertidumbre, ya que se propiciaría el “momento óptimo para que vayan familiarizándose con circunstancias que salen de su mundo” (Catret M, 2007, p. 112). Con esto se busca que el niño aprenda a reírse del miedo, a jugar con él, o aprenda las diferentes actitudes de los personajes. “En las librerías familiares debería haber siempre historias de grandes héroes y personas que han dado su vida por un ideal” (Catret M, 2007, pág. 91)

Se recomienda la lectura porque, “la narración oral de historias convoca, vía la escucha también a la generación de imágenes propias y la reelaboración de experiencias” (Thirion, 2010). La palabra, “crea atmósferas y vínculos poderosos entre los que comparten y recrean historias. Entrando, por tanto, en el espacio de la co-creación, la creación conjunta” (Thirion, 2010). Por este medio, se puede sanar el aislamiento y la soledad tantas veces producida por la experiencia de dolor. Añadiendo a este aspecto, “la lectura recreativa representa una puerta abierta al mundo interior y una oportunidad factible de descubrir mundos exteriores” (Thirion, 2010).

Se explica que la lectura tiene una función curativa, “El joven y/o niño enfermo puede encontrar en los libros una alternativa invaluable para su gran imaginación, y alimentar de esta forma su sed de fantasía, provocando la reflexión sobre temas y áreas de su interés...” “... los libros y sus múltiples lecturas, les serán de utilidad también para encontrar respuestas a las preguntas y miedos que los aquejan...” (Thirion, 2010). Los niños podrían encontrar un alivio e incluso cierto nivel de libertad en medio de la experiencia dolorosa que puedan estar enfrentando.

Como refiere Thirion, la lectura cura porque “ofrece la posibilidad de identificación, autoexploración y autoafirmación; crea lazos con la realidad, provoca el interés y la socialización...” Permite desarrollar la creatividad, la imaginación, el simbolismo, inclusive “canaliza las tensiones y reelabora situaciones de conflicto” (2010).

Así como la literatura es un medio para manejar el dolor, también se recomienda el uso de películas e inclusive canciones que sean conocidas por el niño que le permitan reflexionar sobre el tema del dolor. A pesar de que en algunas películas se presenten escenas en que aparecen injusticias, pérdidas, burlas o malos momentos, estas podrían aportar a los niños “las primeras experiencias de encuentro no real con el dolor” (Catret M, 2007, p. 113). Es decir, con la adecuada guía del adulto, se podrá generar un espacio de diálogo que le facilite al niño la adquisición de nuevos “recursos que hagan más comprensible el sufrimiento cuando aparezca en su recorrido biográfico” (Catret M, 2007, p. 89).

4.2. Aprendiendo por medio del juego

Varios autores afirman que el juego es una actividad fundamental en la vida del niño. Por medio de este el niño, “observa e investiga todo lo relacionado con su entorno de manera libre y espontánea”, inclusive ayuda al niño a tener un aprendizaje individual ya que le permite relacionar sus conocimientos y experiencias previas con lo nuevo que está experimentando por medio del juego (Gálvez S & Rodríguez L, 2005).

Considerando que el juego es esencial en edades tempranas, este es un medio muy útil para enfrentar a los niños al dolor. Ya que, “con el juego se ejercita y se pone a prueba la capacidad de reconocer nuestros límites de una forma saludable, para intentar superarlos...se encuentra el gusto por el reto... y la vivencia de los errores como oportunidad de aprendizaje (Rodríguez G, 2007). El juego, además, satisface en el niño la necesidad de,

“...ensayar el cambio..., de satisfacer su curiosidad, de explorar y de experimentar en condiciones exentas de riesgo” (Craig, 2009, pág. 28).

Cyrulnik afirma que, “Un niño que ha aprendido a jugar con el miedo, a reírse de él y a hacer que otros también se rían, utilizaran su pequeña tragedia para elaborar una estrategia de relación”. El juego es un arma que lleva a enfrentar el miedo, “sensación con la que convivirá toda su vida y que... puede controlar con recursos que ha ido adquiriendo desde su primera infancia” (cit. en Catret M, 2007, pág. 97).

Catret propone algunos juegos por medio de los cuales el niño podrá enfrentarse a los miedos. Estos son, la gallinita ciega, las escondidas; elaborar máscaras poco amigables; subirse a alguna atracción que les cause un poco de temor, entre otros. Recomienda juegos que sean reglados, para que el niño inclusive aprenda a perder, y a quedar eliminado. Para esto es importante que los padres, enseñen a su hijo a tolerar la frustración, manejar la competencia, y diferentes obstáculos que se puedan presentar.

Existen varios tipos de juegos por medio de los cuales se puede promover el desarrollo de esta habilidad en los niños. Primero, el juego dramático, aporta diferentes aprendizajes para los niños: “... brinda al niño la oportunidad de proyectarse en otras personalidades, encarnar varios papeles y experimentar una gama más amplia de pensamientos y sentimientos” (Craig, 2009, pág. 230). Investigaciones han demostrado que, “... sin importar la situación de dramatización, la representación de papeles permite al niño expresar sentimientos intensos, resolver conflictos e integrar esos sentimientos y conflictos con cosas que ya conoce” (Craig, 2009, pág. 228).

Juegos competitivos, estos juegos implican algunos aspectos importantes en el aprendizaje de los niños. Por medio de ellos, los niños “... toman decisiones sobre los turnos, establecen pautas sobre lo que se permite y lo que está prohibido...” Además, se enseña sobre “...la comprensión de las consecuencias de varias acciones, el aprendizaje sobre ganar y perder...” (Craig, 2009, pág. 228). Permite desarrollar el manejo de la frustración.

4.3. Enseñar a los niños a auto-regularse

La habilidad para enfrentarse al dolor se irá desarrollando en el niño a lo largo de su vida. No obstante, “para que un niño llegue a la edad adulta aceptándose cómo es, con sus limitaciones y potenciales es necesario que se conozca previamente”. Este conocimiento implicará un desarrollo adecuado de la conciencia emocional. Esta se define como, la

capacidad de reconocer cómo las emociones, los sentimientos, las experiencias psicológicas o vivencias anteriores y los estados de ánimo afectan las acciones” (Catret M, 2007, pág. 83).

Cuando un niño aprende a analizar sus sentimientos ante las diferentes situaciones, entonces será capaz de “distinguir y diferenciar cómo va a responder antes las dificultades la contrariedad, el dolor o el sufrimiento” (Catret M, 2007, pág. 84). El siguiente paso para identificar su emocionalidad, implica el que el niño sea consciente de cómo su comportamiento afecta en los demás y el daño que produce en sí mismo. Este aspecto es fundamental en edades tempranas, ya que el niño adquirirá “la habilidad de adaptarse a situaciones emocionalmente desafiantes” (Whitebread & Basilio, 2012). Con estas bases el niño podrá iniciar el desarrollo de su dominio personal.

Añadiendo a este aspecto, “... así como se acostumbra a los niños en la necesidad de llevar un orden, un horario, unas normas de higiene y salud y unos hábitos de trabajo, es necesario plantearse en qué momento del día se les va a ayudar a entenderse a ellos mismos” (Catret M, 2007, pág. 84)

Es esencial enseñar a los niños el modo adecuado de enfrentarse al dolor, ya que no consiste en “crear niños estoicos, duros o fríos ante el dolor físico”. Considerando los dolores afectivos, “...dañar la fragilidad de los sentimientos de los niños supone un riesgo que siempre conlleva repercusiones negativas en la madurez o desarrollo” (Catret M, 2007, pág. 92) Por ello se debe analizar la individualidad de cada niño, y proporcionarle todas las herramientas adecuadas para que pueda expresar lo que siente.

Existen varios medios para el desarrollo de esta habilidad. La primera, es el diálogo y la comunicación diaria del niño con sus padres. Enseñar al niño a usar el lenguaje para expresarse, le ayuda a conocer su mundo interior, “La elección de las palabras, la disposición de los recuerdos... conllevan el dominio de las propias emociones y la reorganización de la imagen que uno tiene de lo que sucedió” (Catret M, 2007, pág. 71). Además, el poder

“Verbalizar hechos dolorosos, sacar al exterior preocupaciones ocultas o acontecimientos “enquistados”, ayudarán al niño a racionalizar situaciones, a superar recuerdos no integrado y, con la experiencia adquirida, a enfrentarse mejor entrenados a circunstancias difíciles” (Catret M, 2007, pág. 71).

Para conocer lo que el niño lleva en su interior, se recomienda al adulto lo siguiente: una escucha activa que respete su intimidad, que lo haga con delicadeza y sin prisa; además, debe existir una mirada firme, comprensiva y afectuosa, acompañada de palabras que muestren empatía. Se debe procurar que sea el lugar adecuado y el tiempo oportuno para hablar. Cuando el niño presente una reacción inadecuada, desproporcionada, es un momento ideal para dialogar, encontrar en sus palabras los sentimientos que lo acongojan, que lo inquietan, que lo hacen sufrir.

En ocasiones la imaginación es la causa de, "... la angustia, la ansiedad, miedos, sombras, dudas...son fruto de una mente descontrolada" (Catret M, 2007, pág. 47). Muchas veces el hombre sufre no sólo por lo que sucede sino por lo que se imagina, del hecho. Es importante reflexionar que la fuerza de la imaginación convierte en real lo que es una suposición y por esto el sufrimiento aumenta.

Otro método concreto y eficaz es la propuesta presentada por *The Zones of regulation*, la cual, por medio de un enfoque basado en el comportamiento cognitivo, busca enseñar la autorregulación de manera sistemática; por medio de la categorización en cuatro zonas concretas de las diferentes emociones y estados de alerta que experimenta un niño. El método se basa en darle estrategias al niño para que pueda identificar lo que siente, y así logre canalizar lo que siente y aprenda a resolver problemas (Kuypers, 2011).

En este plan de trabajo, los niños van aprendiendo a reconocer las emociones de manera progresiva de acuerdo a su edad de desarrollo. Cuando son pequeños, se trabaja a nivel de imágenes de diferentes rostros con quien el niño puede identificarse y nombrar lo que siente. El siguiente paso es elegir la intensidad de su emoción, en un dibujo el niño deberá señalar que tan grande es aquello que está sintiendo. A partir de este análisis que hace en compañía del adulto, se le proponen ciertas estrategias concretas para canalizar sus emociones (Kuypers, 2011). Por ejemplo, si un niño está enojado, podrá salir a caminar, respirar; una vez que se haya calmado un poco, el adulto buscará hablar con él sobre lo sucedido.

5. Apoyo Espiritual

Al hablar de la dimensión espiritual, se debe partir del hecho de que la religión es natural al hombre, que inclusive se le puede definir al hombre como un ser religioso. Benedicto XVI, uno de los más grandes pensadores de este siglo lo explica así: "El hombre es religioso por naturaleza, es *homo religiosus como es homo sapiens y homo faber*". Añade, "El *homo*

religiosus no emerge sólo del mundo antiguo, sino que atraviesa toda la historia de la humanidad” (Benedicto, 2011).

Por otro lado, varias investigaciones han demostrado que, “la creencia religiosa proporciona un significado a la propia vida de la persona, y, consecuentemente, estimula a un más adecuado abordaje del malestar y la enfermedad” (Valiente B & García G, 2010). La creencia religiosa influye de manera específica en las diferentes dimensiones de la persona, a nivel conductual, cognitiva, afectiva, interpersonal y psicofisiológica.

Por ejemplo, en el aspecto cognitivo, se explica que, “la fe establecería una estructura mental que configura en la persona una aptitud para un adecuado afrontamiento en lo relativo a la salud y la enfermedad”; “... el estilo cognitivo de un individuo religioso...junto a las explicaciones asociadas frente a relevantes experiencias vitales, pueden proporcionar un modo saludable de comportamiento ante el dolor, el sufrimiento...” (Valiente B & García G, 2010). Tanto para el adulto como para el niño, es fundamental el valor de la fe para el enfrentamiento del dolor.

Ante la posible pregunta de ¿por qué no se puede deslindar el dolor, su aporte al ser humano, su explicación, de la figura de Cristo?, este ensayo responde a través de la visión de la fe, desde la perspectiva católica, desde su centro que es la persona de Jesús. Realizando una analogía con la entrega de una madre, quien por amor a su hijo es capaz de levantarse varias veces en las noches, y hacer un sinnúmero de sacrificios; su hijo al ver esta donación por amor también estaría él dispuesto a vencerse a sí mismo por amor a su madre. Así mismo, conociendo el niño, desde temprana edad, el amor que tuvo Jesucristo por el hombre, hasta dar la vida por él; ese mismo amor, le dará la capacidad de entregar sus sufrimientos, y que tengan así, un valor sobrenatural. Sólo por el dolor de Jesucristo en la Cruz, adquiere el sufrimiento el sentido de amor que lleva a la persona a salir de sí mismo por un mayor bien, que trasciende.

5.1. Encíclica del Valor del sufrimiento de Juan Pablo II

Juan Pablo II, explica el sentido profundo del sufrimiento en la vida del hombre desde el punto de vista de la fe. Considerando que cuando el hombre ofrece su dolor y lo une a Cristo se convierte en un motivo de esperanza en búsqueda de un bien mayor.

Aplicado a la realidad de los niños, la enseñanza de Juan Pablo II permite que el niño desde pequeño aprenda que no sufre sólo, sino que Jesucristo se une a sus dolores. Puede saber que

tiene un sentido eterno para un mayor bien, y que la experiencia del dolor no se encierra sin sentido en la realidad temporal del hombre.

Es fundamental que un niño desde edades tempranas tenga un acercamiento a la persona de Jesús. Comprendiendo que Jesucristo, hijo de Dios, vino al mundo para la salvación de todos los hombres; padeció siendo inocente, y a pesar de haber vivido haciendo el bien. Entonces, cuando el niño sufra en su inocencia, podrá encontrar en su semejanza con Jesucristo, un sentido a su dolor.

5.1.1. El mundo del sufrimiento humano

El sufrimiento es un hecho personal que sucede en el interior del hombre como algo inefable e intransferible. No obstante, desde una visión objetiva, es una realidad que exige ser meditada y tratada como un problema explícito que debe ser resuelto. Por este motivo, alrededor del sufrimiento se hacen todo tipo de preguntas de fondo, y se buscan respuestas. Al hablar del sufrimiento, se debe tener presente que, “es algo todavía más amplio que la enfermedad, más complejo, y a la vez...profundamente enraizado en la humanidad misma” (Wojtyla, 1984).

Para hablar del sufrimiento desde la perspectiva espiritual, se toma como fundamento la doble dimensión del ser humano: el aspecto espiritual y el corporal. El sufrimiento físico se manifiesta en el dolor del cuerpo, mientras que el sufrimiento moral es un dolor en el alma. (Wojtyla, 1984). No obstante, los dolores físicos o morales también podrán expresarse de manera física, o se reflejan en el estado general de la persona. Juan Pablo II afirma que el hombre sufre cuando experimenta algún mal, “... el hombre sufre a causa de un bien del que él no participa, del cual es en cierto modo excluido o del que él mismo se ha privado” (Wojtyla, 1984).

El sufrimiento, desde la visión de la fe, es un mundo específico que existe junto al hombre, este se consolida y se profundiza en el hombre. Inclusive, Juan Pablo II explica que por medio del dolor los hombres al sufrir se hacen semejantes entre sí y por lo tanto es posible una mayor comprensión y empatía entre ellos (Wojtyla, 1984). Añadiendo a este aspecto, se explica que el sufrimiento suscita en el hombre compasión y respeto.

La experiencia del dolor permite que los hombres se asemejen por la analogía de la situación, la semejanza surge por la búsqueda persistente sobre el sentido de la situación que se está

viviendo. Aunque las personas sufren dispersas entre sí, el sufrimiento trae en sí mismo un llamado a la comunión y solidaridad. (Wojtyla, 1984).

5.1.2. Sentido del dolor desde la visión de la fe

Toda persona que atraviesa la experiencia del dolor se cuestiona de manera inevitable el porqué de su sufrimiento. Se busca encontrar la causa, la finalidad, con el objetivo de darle un sentido a ese dolor. Este anhelo de darle un sentido al sufrimiento es algo propio del ser humano, dado que a pesar de que los animales sufren también, estos no se preguntan el porqué del mismo.

Dicho cuestionamiento sobre la búsqueda de la finalidad del dolor no sucede solo de hombre a hombre, sino que se espera una respuesta de parte de Dios. Muchas veces, cuando no se encuentra una respuesta, se da paso a frustraciones que pueden llevar a la negación misma de Dios. Inclusive, desde la perspectiva de muchos creyentes, se vislumbra el mal o el sufrimiento como un castigo como consecuencia de los pecados cometidos. No obstante, esta afirmación no es del todo cierta. En las Sagradas Escrituras se presentan varios ejemplos en que sufren personas justas e inocentes, como es el caso de Job. Al inicio del libro de Job se expresa que Dios permite el sufrimiento a Job, como para probar su fe. Con esto se muestra que, el sufrimiento “alcanza al inocente, pero no da todavía solución al problema”. (Wojtyla, 1984). En el sufrimiento de los inocentes que se puede visualizar hoy en día, en las guerras o en cualquier tipo de problema, no sólo sufren los que lo provocan sino los que están alrededor.

La Sagrada Escritura propone una segunda perspectiva del sufrimiento, se habla del valor educativo del dolor. Es decir, “la pena tiene sentido no sólo porque sirve pagar el mismo mal objetivo de la transgresión con otro mal, sino ante todo crea la posibilidad de reconstruir el bien en el mismo sujeto que sufre” (Wojtyla, 1984).

A manera de síntesis se puede afirmar que Sn. Juan Pablo II propone varias visiones sobre el sentido del dolor desde la visión de la fe. Estos serían:

- Sufrimiento como consecuencia del mal y del pecado
- Sufrimiento como un medio de prueba
- El valor educativo del sufrimiento

5.1.3. El sufrimiento vencido por el amor de Jesucristo

Desde la perspectiva de la fe, la esperanza del sufrimiento nace de la entrega de Jesucristo por la salvación del mundo; “Porque tanto amó Dios al mundo, que le dio a su unigénito Hijo, para que todo el que crea en Él no perezca, sino que tenga la vida eterna” (1 Jn 3, 16). La muerte de Jesucristo trae esperanza a la vida del hombre desde varios aspectos.

Primero, “Dios da a su Hijo al mundo para librar al hombre del mal, que lleva en sí la definitiva y absoluta perspectiva del sufrimiento”. Esta entrega del Padre implica que la humanidad sería liberada del mal y del pecado por medio del sufrimiento de su Hijo. Añadiendo a esto, Dios entrega a Jesucristo para que el hombre tenga la vida eterna; es decir, “El Hijo unigénito ha sido dado a la humanidad para proteger al hombre, ante todo, de este mal definitivo y del sufrimiento definitivo” (Wojtyla, 1984).

Segundo, “Como resultado de la obra salvífica de Cristo, el hombre existe sobre la tierra con la esperanza de la vida y de la santidad eternas” (Wojtyla, 1984). Es decir, la realidad temporal del sufrimiento del hombre recibe una nueva luz tras la muerte de Jesucristo, esta es la luz de la salvación.

Durante su vida “Cristo se acercó incesantemente al mundo del sufrimiento humano... Pasó haciendo el bien”. Jesucristo mostró sensibilidad frente a todo dolor del hombre, tanto físico como espiritual. Sanó a los enfermos, consoló a los tristes, alimentaba a los necesitados, entre otros. Inclusive en su predicación pone como centro a las bienaventuranzas las cuales “son dirigidas a los hombres probados por diversos sufrimientos en su vida temporal”. Adicionalmente, Jesucristo probó en sí mismo el sufrimiento humano. Desde su nacimiento, Cristo probó la persecución, el no tener una casa, la hostilidad de los que lo rodeaban, hasta ser entregado injustamente a una muerte de cruz. Por medio de su muerte de cruz, “debe tocar las raíces del mal, plantadas en la historia del hombre y en las almas humanas” (Wojtyla, 1984). En la cruz, “Cristo sufre voluntariamente y sufre inocentemente” . .

A partir de la entrega de Jesús en la cruz se abre un nuevo horizonte en la perspectiva del dolor para el hombre. Juan Pablo II lo explica de esta manera; “El hombre, al descubrir por la fe el sufrimiento redentor de Cristo, descubre al mismo tiempo en él sus propios sufrimientos, los revive mediante la fe, enriquecidos con un nuevo contenido y con un nuevo significado” En este sentido, cualquier sufrimiento experimentado por el hombre en su vida temporal, le permite participar de los dolores de Cristo en la cruz, y alcanzar así la resurrección; “Quienes participan en los sufrimientos de Cristo están también llamados, mediante sus propios sufrimientos, a tomar parte en la gloria” (Wojtyla, 1984) .

5.1.4. Frutos del sufrimiento en el hombre

Innumerables frutos se dan en la vida del hombre cuando une sus sufrimientos a la cruz del Señor. Se puede afirmar que, “El sufrimiento es también una llamada a manifestar la grandeza moral hombre, su madurez espiritual”. Como fruto de este padecimiento, “mediante el sufrimiento maduran para el mismo reino los hombres, envueltos en el misterio de la redención de Cristo” (Wojtyla, 1984)

Del sufrimiento de Cristo en la cruz brota la fortaleza para el hombre. Esto lo afirma San Pablo en sus cartas, “Mi gracia te basta, que mi fuerza se muestra en la flaqueza...seguiré gloriándome sobre todo en mis flaquezas, para que habite en mí la fuerza de Cristo” (cit. en Wojtyla, 1984). Más adelante dice al apóstol, “Por eso me complazco en mis flaquezas, en las injurias, en las necesidades...y angustias sufridas por Cristo; pues, cuando estoy débil, entonces es cuando soy fuerte” (cit. en Wojtyla, 1984).

Un gran número de santos y mártires de toda época y edad han sido testimonio de esto. Confiando en la ayuda de Dios, han realizado grandes empresas en su vida enfrentando todo tipo de sufrimientos. Corroborando a lo afirmado por Pablo dice el autor, “sufrir significa hacerse particularmente receptivos, particularmente abiertos a la acción de las fuerzas salvíficas de Dios” (Wojtyla, 1984).

El siguiente fruto que puede brotar es una particular llamada a la virtud, la cual debe ser ejercitada por el hombre de manera personal. La experiencia del dolor invita al hombre a ejercer la virtud de la paciencia, de la perseverancia, de las cuales consecuentemente brotará la esperanza; la esperanza “mantiene en él (hombre) la convicción de que el sufrimiento no prevalecerá sobre él, no lo privará de su propia dignidad unida a la conciencia del sentido de la vida” (Wojtyla, 1984).

“Ante el hermano...que sufre, Cristo abre y despliega gradualmente los horizontes del Reino de Dios”. Al unir el hombre su sufrimiento a la Cruz de Cristo, “encuentra en su sufrimiento la paz interior e incluso la alegría espiritual”. Aquel hombre que se une con fe a los sufrimientos de Cristo, “...convierte en fuente de alegría la superación del sentido de inutilidad del sufrimiento...” (Wojtyla, 1984). Inclusive, comprende que ese dolor puede asumir un sentido más profundo; puede ofrecer su dolor para la salvación de sus hermanos.

Las ideas claves que presenta San Juan Pablo II son:

- “El sufrimiento... abre el camino a la gracia que transforma las almas”
- “El sufrimiento... hace presente en la historia de la humanidad la fuerza de la Redención”
- “...los sufrimientos humanos, unidos al sufrimiento redentor de Cristo, constituyen un particular apoyo a las fuerzas del bien...”
- “el sufrimiento... está también presente para irradiar el amor al hombre, precisamente ese desinteresado don del propio yo en favor de los demás hombres, de los hombres que sufren”

Por medio de la experiencia del dolor, el hombre es capaz de ponerse en los zapatos del otro que sufre. Como dice Juan Pablo II, “el sufrimiento está presente en el mundo para provocar amor, para hacer nacer obras de amor al prójimo, para transformar toda la civilización humana en la civilización del amor” (Wojtyla, 1984).

5.2. Pedagogía del dolor Inocente.

Carlo Gnocchi, sacerdote y pedagogo, fundó la Federación por la Infancia Mutilada, en la que se dedicó a trabajar con los niños que quedaron huérfanos de la II Guerra Mundial. Don Carlo afirma que, “los niños son capaces de percibir, con una pureza sin igual, el sentido altísimo de sus sufrimientos cuando se unen a los de Jesucristo, y que al comprender este hondo sentido, el sufrimiento cobra para ellos una incalculable valía...” (Gnocchi, 2006, pág. 4).

5.2.1. Concepción del dolor

Carlo Gnocchi afirma que, “Son muchos y profundos los problemas que pone el dolor a la mente humana, incluso cuando está iluminada por la fe...” (Gnocchi, 2006, pág. 6). Sobre todo, causa mayor incompreensión cuando triunfan los pecadores y sufren los justos, especialmente los niños. Usualmente el cuestionamiento frente a Dios surge por el sufrimiento del inocente que no se logra explicar.

Ante esto, el autor propone prestar atención al sufrimiento del niño, “...cuando se llega a comprender el significado del dolor de los niños se tiene en la mano la llave para comprender todo el dolor humano...” Adicionalmente, afirma que “quien logra sublimar el sufrimiento de los inocentes está en condiciones de consolar la pena de todo hombre golpeado y humillado por el dolor” (Gnocchi, 2006, pág. 6).

Después de realizar varios estudios como pedagogo, Gnocchi confirma que “Los agentes que obran en el dolor de un niño son, de hecho, fundamentalmente los mismos que provocan el sufrimiento de un adulto y las fuerzas capaces de confortar y elevar el sufrimiento son iguales en ambos casos” (Gnocchi, 2006, págs. 6-7).

5.2.2. La visión del dolor desde el punto de vista de la fe cristiana

Por un lado, desde la visión de la fe, no se concibe la experiencia del dolor como un asunto totalmente personal; más bien, se explica que:

“En la economía cristiana, la humanidad forma una unidad viviente, sólidamente unida en un solo e idéntico destino, copartícipe del bien y del mal de cada uno de sus miembros; un cuerpo místico que sigue las leyes del cuerpo físico, donde la salud y la enfermedad, el bienestar el malestar, la vida y la muerte son comunes a todos los miembros” (Gnocchi, 2006, pág. 7).

Esta visión de la fe habla de una solidaridad e unión en sentido vertical y horizontal, que mantiene unidos a todos los miembros con la cabeza, y a todos los miembros entre sí.

Primero, en el sentido de la solidaridad vertical, se explica “la primera fuente y razón fundamental del sufrimiento de un niño”. Esta solidaridad consiste en el hecho de que el hombre sufre por ser partícipe de la humanidad, y es responsable *en unión* con Adán de la culpa original. Segundo, en el sentido de la solidaridad horizontal, el dolor del niño nace por la solidaridad con todos sus semejantes; “Como partícula de un gran cuerpo... el niño expía la propia cuota que es parte de los errores y culpas personales cometidas por todos los hombres” (Gnocchi, 2006, pág. 8).

“La mayor parte de los hombres está dispuesto a creer en la comunión del bien, acepta de buena gana la solidaridad “positiva” con toda la humanidad” (Gnocchi, 2006, pág. 9). No obstante, le es difícil al hombre aceptar que de igual manera existe una solidaridad negativa, que afecta a toda la humanidad. En esta totalidad están incluidos todos los niños y los inocentes, que hacen parte del dolor como expiación de los errores de todos los hombres.

Por otro lado, la fe cristiana visualiza al dolor como “parte de la obra renovadora y restauradora de los valores humanos realizada por el Redentor”. Tras la muerte de Cristo, se le confiere al dolor un carácter de purificación y de redención de los pecados. Esto

significa que el hombre que sufre “puede no solamente cancelar su condena, sino también conquistar y merecer el premio de una vida plena e indefectible” (Gnocchi, 2006, pág. 10).

5.2.3. Un niño sufriente se asemeja a Cristo Crucificado

A la pregunta, ¿por qué sufren los niños?, no hay postulados psicológicos, médicos, filosóficos que puedan responder. La respuesta, para el creyente, se encuentra en la vida de Cristo.

El autor explica que todos los hombres están llamados a ofrecer su sufrimiento personal uniéndose al dolor de Cristo. No obstante, explica que no todos los sufrimientos tienen el mismo grado de afinidad. Lo ejemplifica de la siguiente manera, “Diría- si se me permite la cruda referencia a la transfusión física de la sangre- que no toda sangre humana es del grupo de Cristo”. Es decir, hay hombres que ofrecen sufrimientos para redimir sus culpas personales; pero hay otros, dentro de los cuales se encuentran los niños, que ofrecen su sufrimiento para redimir y expiar las culpas sociales. El primero en ofrecerse como víctima inocente, por amor al Padre y por redimir a todos los hombres, fue Jesucristo. Sin embargo, posee un valor análogo a esta entrega es “el sufrimiento de los niños, de los párvulos y de los santos que sufren también por la purificación y por la salvación de sus hermanos...”. Dicha entrega no se da en relación a sus culpas personales sino “en relación y proporción con la capacidad y pureza de su sacrificio” (Gnocchi, 2006, pág. 11).

Nuevamente el autor presenta una analogía con el cuerpo humano y explica, que, así como hay órganos en el cuerpo que su finalidad es la protección y purificación del organismo, y estos incluso se enferman por la defensa de todo el cuerpo; “así también existen en el Cuerpo místico de la Iglesia, almas destinadas a soportar el sufrimiento en virtud de su capacidad purificadora de todo el cuerpo social” (Gnocchi, 2006, pág. 11). Estas almas son los niños, que mientras más pura es su alma, mayor semejanza hay en su entrega con la del Cordero de Dios.

“Cada niño que sufre es por tanto como una pequeña preciosa reliquia de la redención cristiana, que se actúa y se renueva... para expiar los pecados cotidianos, digna de ser honrada y casi venerada” (Gnocchi, 2006, pág. 13).

5.2.4. Pedagogía sobrenatural del dolor

Como se mencionó anteriormente, Carlo Gnocchi desarrolló su propuesta en la Segunda Guerra Mundial, acompañando a los niños víctimas de la guerra. Hubo una experiencia que marco el inicio de esta labor en su vida.

Un día visitó a Marco, el único sobreviviente de un grupo de cuatro niños que inocentemente habían decidido jugar en un campo, que, para su desconocimiento, estaba minado. Marco había sobrevivido, pero su cuerpo estaba marcado con innumerables heridas, y habían sido amputadas sus piernas. Gnocchi le preguntó que en el momento de dolor en quién pensaba, la única respuesta que recibió fue, *en nadie*.

A partir de esta respuesta, Gnocchi afirma,

“Era el gran dolor inocente de un niño que caía en el vacío, inútil e insignificante, sobrenaturalmente perdido para él y para la humanidad porque no estaba dirigido a la única meta en la cual el dolor de un inocente puede encontrar valor y justificación: Cristo crucificado” (Gnocchi, 2006, pág. 15).

A pesar de que se puede, de cierto modo, visualizar un valor sobrenatural desde la fe; esto no puede “abolir la pena y la oscura angustia que atenaza el corazón de todo hombre ante el sufrimiento de un niño” (Gnocchi, 2006, pág. 14). Más aun, este sentimiento de veneración frente a un niño sufriendo debe transformarse en un sentido operante de responsabilidad. Es decir, dicha realidad debe mover a todos los adultos a educar a los niños, para que puedan reconocer el inestimable tesoro de su dolor, para Cristo y la Iglesia.

Esta pedagogía del sufrimiento, “Es una pedagogía obligatoria para todos los que tienen cuidado de almas inocentes... a todas las horas del sufrimiento así sean pasajeras, que lamentablemente no faltan tampoco en las vidas de los niños sanos y felices” (Gnocchi, 2006, pág. 18).

5.2.5. La relación del niño en edades tempranas con el mundo sobrenatural

Muchos podrán pensar que dicho aprendizaje para los niños será muy difícil de entender. Usualmente se busca alejar a los niños de cualquier experiencia del dolor, incluso cuando esta sucede, se trata de evitar hablar de ella. Carlo Gnocchi hace una propuesta sobre la educación en el dolor a los niños. “La infancia cristiana es la edad que más se aproxima aquella feliz del primer Adán, cuando Dios descendía cada tarde para hablar con el hombre,

como un amigo con su amigo...” (Gnocchi, 2006, pág. 18). La infancia temprana se puede describir como:

“... edad feliz e irreplicable de relaciones directas con Dios, de “experiencias” de lo sobrenatural, de extrema docilidad de la naturaleza y de pronta generosidad del corazón; edad en la cual las más altas y profundas verdades de la comunión de los santos, se intuyen, se creen y se practican instintivamente” (Gnocchi, 2006, págs. 18-19).

Para lograr este aprendizaje en los niños, se debe cultivar y afinar esta sensibilidad por las cosas sobrenaturales, y así descubrir en el corazón de ellos su potencial de fe y de amor. Inclusive su capacidad de sacrificio que puede llegar al heroísmo. Dice el autor, el secreto consiste en descubrir y despertar esta fuerza; citando a Miguel Ángel, “Todo está en el mármol...El arte está en saberlo sacar” (Gnocchi, 2006, pág. 19).

5.2.6. Métodos y elementos de la pedagogía del dolor inocente

“La pedagogía cristiana del dolor tiende ante todo a enseñar prácticamente a los niños que no hay que guardar el dolor para uno mismo, sino que es necesario regalarlo a los demás, y que el dolor tiene un gran poder sobre el corazón de Dios” (Gnocchi, 2006, pág. 20).

Esto se puede lograr formando el hábito en el niño de dirigir su padecimiento o pérdida por algún objetivo concreto; es importante que sean motivos vivos, nobles y reales, de interés para el niño; así se podrá motivar al niño hacia el heroísmo. Por ejemplo: para obtener una gracia importante, por alguien que sufre, por la conversión de un ser querido, entre otros. Gnocchi no recurre a los cuentos para distraer al niño ni a la pedagogía naturalista, que apela a la fuerza del carácter y la virilidad, creando niños estoicos, incapaces de reconocer y expresar el sufrimiento que están padeciendo.

La meta más sublime a la cual se debe orientar al niño para ofrecer su dolor, es hacia Jesús crucificado; ayudándole a comprender la semejanza entre el dolor de Cristo y el suyo. Además, se debe buscar que el niño conozca “...el deber que él tiene de imitar el comportamiento y los sentimientos de Jesús en los momentos del dolor” Concluye esta explicación el autor afirma que, “...cuando se tiene la gracia de “tocar” tan de cerca a Dios en los años de juventud, su signo gozoso permanecerá válido e indeleble para toda la vida” (Gnocchi, 2006, pág. 21).

6. Conclusiones

Este ensayo plantea varios interrogantes:

¿La filosofía, la psicología, y la medicina dan razón del sufrimiento?

¿Por qué son importantes la familia, los amigos, y la fe para sobrellevar y enfrentar el dolor?

¿Por qué un profesional en psicopedagogía no debe descuidar el ámbito religioso, respetando la fe de sus alumnos, para ayudarles a enfrentar el dolor?

¿El dolor se acaba con el término de la enfermedad?

¿Por qué la virtud es un elemento indispensable para el manejo del sufrimiento?

¿Toda persona virtuosa, comprende el dolor?

Considerando, la postura de la medicina, y la propuesta proveniente de las teorías psicológicas, pedagógicas y espirituales, se puede afirmar que el manejo del dolor debe ser tratado de forma integral. El planteamiento dado por la medicina, la psicología y la pedagogía consiste en una identificación del dolor, más no logra darle un sentido. Por otro lado, la antropología y el ámbito de la fe afirman que se puede encontrar un sentido del dolor que trascienda en la vida de la persona. Sin embargo, los medios que se utilizan para alcanzar este sentido se lograrán con el apoyo de las diferentes posturas presentadas a lo largo del ensayo.

La necesidad de educar a los niños en el sufrimiento desde la infancia es consecuencia de la realidad del dolor que se presentó anteriormente. Por este motivo, la educación en el dolor debe concebirse como una escuela para la vida. Los padres deben reconocer que “Dar sentido al dolor e integrarlo en la personalidad de un niño como experiencia positiva y enriquecedora, no se improvisa” (Catret M, 2007, pág. 13).

Los padres, junto con sus hijos deberán orientar el enfrentamiento del dolor desde la aceptación del mismo, “La aceptación me lleva a decir “sí” a una realidad percibida en un primer momento como negativa” Dicha actitud es fundamental, “Las personas que ven el sufrimiento como un desafío convertirán su paso por la vida en un triunfo interno constante” (Catret M, 2007, pág. 25).

El niño necesitará el ejemplo, y el andamiaje del adulto para alcanzar este aprendizaje. Al hablar del adulto, esto incluye a todos aquellos que se encarguen del cuidado de los niños, sean padres los padres, profesores o la cuidadora del niño en el hogar. Como lo explica Catret,

Qué importantes son los abuelos, cuidadores, profesores, los colegios [...] con un ideario que... ponga todos los recursos necesarios para que puedan crecer más allá de las circunstancias no óptimas en sus hogares” (2007, pág. 79).

Aquello que el niño vea en sus padres luego lo replicará, “Que importante es para un niño contemplar diariamente como mamá o papá callan ante alguna contestación injusta... como saben perdonar... como sonrían, aunque nunca falten dificultades” (Catret M, 2007, pág. 24).

Todo lo mencionado anteriormente puede adquirir sentido, en el trabajo de un proyecto personal con el niño desde su primera infancia. Aunque el niño aún no sea capaz de proyectar su vida a futuro, sus padres podrán darle todas las herramientas para saber enfrentarse a la vida con heroísmo a pesar del dolor. Una de las mayores ayudas que le pueden otorgar los padres a un niño es el apoyo en la fe. Considerando que la fe, “proporciona un significado a la propia vida de la persona, y, consecuentemente, estimula a un más adecuado abordaje del malestar y la enfermedad” (Valiente B & García G, 2010).

Todo docente debe tomar en cuenta que esta formación en el sentido del dolor apoyado en la fe “Es una pedagogía obligatoria para todos los que tienen cuidado de almas inocentes” (Gnocchi, 2006, pág. 18) Considerando que el sufrimiento no falta en las vidas de los niños así sean sanos o felices, y que el dolor a enfrentar no se trata sólo de la enfermedad sino de los sufrimientos de la vida cotidiana. Se debe reafirmar que es imprescindible, como educador el apoyo en la fe, porque no basta el validar la experiencia del dolor. El niño requerirá de estrategias para enfrentarlo, y poder integrarlo en su historia personal. ¿Convendría que los educadores tengan una preparación específica en el ámbito religioso para que sepan cómo se puede enfrentar el dolor desde la fe?

La dimensión espiritual es el único medio por el cual el niño puede encontrar un sentido en el dolor que sea trascendente, y le transforme en su vida. El niño podrá aprender a ver el sufrimiento como un regalo, un medio de donación de sí mismo, con el fin de alcanzar un bien mayor; “enseñar prácticamente a los niños que no hay que guardar el dolor para uno mismo, sino que es necesario regalarlo a los demás” (Gnocchi, 2006, pág. 20).

Añadiendo a esto, por medio del ejercicio de la virtud de la austeridad y la generosidad, podrán los niños darle un sentido al dolor, por medio de la donación de sí mismo a los demás. Se hace énfasis en el ejercicio de la virtud, por su esencia de actuar como una segunda naturaleza en el hombre. Una vez que el niño adquiriera el hábito cotidiano de resistir con paciencia, de actuar con generosidad y perseverancia, le será más fácil enfrentarse a cualquier dificultad en su vida, a pesar de la magnitud de la misma.

Sin embargo, a pesar de que se forme en los niños hábitos desde su primera infancia, siempre se debe tener el principio de una educación integral. Una persona podrá ser muy virtuosa, pero necesitará un motivo por el cual sufrir, cómo lo expresa Viktor Frankl, “Quien tiene un porque para vivir, encontrará casi siempre el cómo” (Frankl, 2004, pág. 8).

Otro aspecto esencial, importante a enfatizar, que permitirá la educación integral en el dolor, es el desarrollo del sentido del humor. La mayoría de respuestas o actitudes las aprenderán los niños por su instinto de imitación. Por ello si en casa se encuentran tan sólo con malas caras, quejas, será “casi imposible que adquieran esa actitud de ser capaces de “levantar la mirada”; de estar convencidos que todo tiene solución...y, si no tiene solución, podemos mejorar en ella o con ella” (Catret M, 2007, pág. 123). Sólo por medio del sentido del humor, se logra alcanzar “una serie de actitudes interesantes para el desarrollo ético del niño o su dimensión espiritual” (Catret M, 2007, pág. 124) El humor facilita el poder comprender las circunstancias del otro; saber dar la vuelta la página de un momento duro, y no tener en cuenta lo malo que ha recibido de alguna persona.

Finalmente, lo más importante de la educación del dolor, es que consiste en una educación en el amor y para el amor. El dolor se convierte en amor cuando es enfrentado de manera adecuada. El sufrimiento, como lo explica Manglano, “despierta a la trascendencia, a todo lo que es no-yo... El dolor destruye la pretensión de la autosuficiencia. El dolor desinstala al autosuficiente de su propia vida” (Catret M, 2007, pág. 48). Así mismo, el dolor invita al amor, ya que sólo así, la vida puede encontrar un sentido. Como lo explica Catret, “Los sufrimientos sensibilizan hacia las necesidades de los que nos rodean” (2007, pág. 24). Por medio del dolor, el niño aprenderá a mirar a y conocer a fondo a las personas, a interesarse por su realidad y buscar poner los medios necesarios para resolver sus conflictos.

El dolor es amor, invita a una donación personal, que a pesar del dolor invita al niño a salir de sí mismo para ayudar al prójimo más necesitado. Por ello se debe tener siempre presente que, la educación en el dolor es una escuela para la vida, una escuela para el amor.

7. Bibliografía

- Azcárate, P. (2005). Opiniones comúnmente seguidas sobre el dolor y el placer. En *Moral a Nicomáco*. Madrid: Medina y Navarro.
- Benedicto. (2011). Audiencia General. Roma: Vatican.va.
- Cadena, M. (2010). Intervencionismo en Dolor. *ABC del Manejo Dolor y otros síntomas en cuidados paliativos*, 56-62.
- Catret M, A. (2007). *Infancia y Resiliencia: Actitudes y recursos ante el dolor*. Valencia: Ediciones Brief.
- Children's. (2012). Pain in Children and adolescents . *Patient and Family Education*, 1-8.
- Craig, G. J. (2009). Juego y Aprendizaje. En *Desarrollo Psicológico* (págs. 227-232). México DF: Pearson.
- Cyrułnik, B. (2005). *Los patitos feo. La resiliencia una infancia infeliz no determina la vida*. Barcelona: Editorial Gedisa.
- Del Barrio M, C. (1990). *La comprensión infantil de la enfermedad*. Anthropos.
- Donghi, A. (2014). Avances Freudianos sobre la experiencia del dolor. *Scielo*, http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1851-16862014000200003.
- Espinosa, C., Calero, M., & Jara, E. (2015). Manejo del dolor. *Recién Nacido Prematuro. Guía de Práctica Clínica*, 60-63.
- Feito G, L. (1996). La definicion de la salud. *Dialnet*, <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=104381>.
- Frankl, V. (2004). *El Hombre en busca del Sentido*. Barcelona: Herder.
- Gálvez S, M. I., & Rodríguez L, N. C. (2005). La importancia del Juego. En *Jugando Juntos: un tercer lugar para niños de 3 a 6 años y su familia* (págs. 33-51). Puebla: UDLAP.
- Gnocchi, C. (2006). *Pedagogía del dolor inocente*. San Rafael : Madurez Cristiana.
- Isaacs, D. (2003). La Educación de la Fortaleza. En *La Educación de las Virtudes Humanas y su Evaluación* (págs. 65-78). Pamplona: Ediciones Universidad de Navarra EUNSA.
- Isaacs, D. (2003). La Educación de la Generosidad. En *La Educación de las Virtudes Humanas y su evaluación* (págs. 49-63). Pamplona: Ediciones Universidad de Navarra EUNSA.

- Isaacs, D. (2003). La Educación de la Paciencia. En *La Educación de las Virtudes Humanas y su evaluación* (págs. 275-289). Pamplona: Ediciones Universidad de Navarra EUNSA.
- Isaacs, D. (2003). La Educación de la Perseverancia. En *La Educación de las Virtudes Humanas y su evaluación* (págs. 99-110). Pamplona: Ediciones Universidad de Navarra EUNSA.
- Isaacs, D. (2003). *La Educación de Virtudes Humanas y su Evaluación*. Pamplona: Universidad de Navarra.
- Isaacs, D. (2003). La Educación del Orden. En *La Educación de las Virtudes Humanas y su Evaluación* (págs. 115-127). Pamplona: Ediciones Universidad de Navarra EUNSA.
- Kuypers, L. (2011). *The Zones of Regulation*. Obtenido de <http://www.zonesofregulation.com/index.html>
- Lewis, C. (1940). *El Problema del Dolor*. Londres.
- Lewis, C. (1961). *Una Pena en observación*. Casa del Libro.
- Lizasoain, O. (2006). El proceso de duelo en la enfermedad infantil. *Aulas Hospitalarias*, 22-27.
- Luna, J. A. (2011). *Logoterapia: Un enfoque humanista existencial fenomenológico*. Bogotá: San Pablo.
- Migdalek, S. (2010). Del dolor corporal al dolor anímico. *Arte Academia*, <https://www.academica.org/000-031/811.pdf>.
- Montiel, M. (1995). *El Tema del Placer en Platón*. <https://riuma.uma.es/xmlui/bitstream/handle/10630/13402/1A1.4%20art%C3%ADculo%20ECl%C3%A1s.pdf?sequence=1>.
- Muñoz G, V., & De Pedro S, F. (2005). Educar para la Resiliencia. *Revista Complutense de Educación*, 107-124.
- Pardo, A. (1997). Que es la salud? *Revista Medicina de la Universidad de Navarra*, <http://www.unav.es/cdb/dhbapsalud.html>.
- Pieper, J. (2010). *Las Virtudes Fundamentales*. Madrid: Ediciones Rialp S.A.
- Polo, L. (1996). *El Sentido Cristiano del Dolor*. Madrid : Rialp.
- Quiles, M., Hofstadt, V.-d., & Quiles, Y. (2004). Instrumentos de evaluación del dolor en pacientes pediátricos: una revisión . *Revista. Soc. Esp. Dolor*, 360-369.
- Rodríguez G, E. (2007). Aprendiendo Resiliencia a través del juego. *Rayuela*, 34-38.

- Shoenbach, V. (2000).
<http://www.epidemiolog.net/es/endesarrollo/FenomenoDeLaEnfermedad.pdf>.
- The Child Advocate. (2015). Children's Understand Disease Processes.
<http://childadvocate.net/childrens-understanding-disease-processes/>.
- Thirion, V. (2010). Biblioterapia. En M. Hernández R, *Apuntes de Pedagogía Hospitalaria* (págs. 100-103). México DF.
- Trueba A, C. (2009). La teoría aristotélica de las emociones. *Scielo*,
http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-13242009000200007.
- Trujillo, D. (2012). Humor. En *Aportes Teóricos a la Comprensión de la relación Resiliencia y Humor* (págs. 17-35). Bogota: Pontificia Universidad Javeriana.
- Valiente B, C., & García G, E. (2010). La religiosidad como factor promotor de salud y bienestar para un modelo multidisciplinar de atención psicogeríátrica. *Psicogeriatría*, 153-165.
- Vallejo M, M., & Lino G, N. (2010). Definición, Clasificación y Etiopatogenia del Dolor. *ABC del Manejo del Dolor y otros cuidados paliativos*, 14-22.
- Vallejo M, M., & Lino G, N. (2010). Manejo del dolor Postoperatorio. *ABC del Manejo del Dolor y otros síntomas en cuidados paliativos* , 28-34.
- Vanistendael, S., Vilar, J., & Pont, E. (2009). Reflexiones en torno a la resiliencia. Una conversación con Stefan Vanistendael. *Educación Social*, 93-103.
- Villegas, J. J. (2006). El Duelo-Como ayudar a los niños a enfrentarlo . *3er Curso de Psicoterapia de Familia y de Pareja*, 1-26.
- Whitebread, D., & Basilio, M. (2012). Emergencia y Desarrollo temprano de la autorregulación en niños preescolares. *Profesorado*, 15-34.
- Wojtyla, K. (1984). *Salvifi Doloris*. Roma: San Pablo.