

BUEN TRATO

¿Qué entendemos por buen trato?

- Capacidades de las personas para cuidarse entre ellas y hacer frente a las necesidades personales propias y del otro, manteniendo siempre una relación afectiva y de amor.
- Es el conjunto de sentimientos, comportamientos y representaciones que constituyen la realidad del amor lo que permite la existencia del fenómeno del buen trato y, también, de la capacidad para dar y recibir cuidados.
- Una "Modalidad de convivencia cotidiana que genera una transformación cultural a partir de la construcción colectiva de vínculos sanos"
- El Buen Trato se da gracias a los vínculos que establecemos con nuestros seres queridos. Es decir, es un tipo de relación, que debe fundarse en un compromiso afectivo, entendido como un esfuerzo social y colectivo que busca el reconocimiento, la participación y la cooperación de todos.
- En éste sentido, el Buen Trato hacia la niñez surge de la necesidad de contar con nuevas opciones y formas de actuar, sentir, valorar y pensar que permitan la promoción de actitudes positivas que ayuden a mejorar el componente familiar y social, del cual forman parte integral.

Buen trato y bienestar infantil

- El buen trato hacia los niños y las niñas ha de ser el objetivo fundamental de los adultos de una familia, y también de toda la comunidad.
- Es la forma más segura y eficaz de garantizar la salud y el bienestar físico, psicológico y social de todos los niños y niñas
- Es también importante recordar que el Buen Trato se expresa en el día a día y que en el intercambio natural entre pares y entre niños/niñas y adultos, es donde ellos y ellas consolidarán, desde su experiencia práctica, el aprendizaje de lo que es Buen Trato
- La promoción del buen trato busca principalmente fortalecer las expresiones de afecto, ternura, aceptación y reconocimiento presentes en el día a día; se busca reforzar relaciones adecuadas y alimentar nuevos entendimientos y relaciones entre el adulto y la niñez.
- Lamentablemente, la instauración del buen trato no es un resultado espontáneo, sino que requiere de una intención colectiva e intencionada por incorporarlo.
- La promoción del buen trato y, en consecuencia, el ejercicio de los derechos de la niñez y la adolescencia necesariamente debe conducir a que la casa y el colegio sean lugares libres de cualquier forma de violencia, donde se vivan relaciones adecuadas, y exista la posibilidad de crecimiento y entendimiento mutuo;
- Muchos de los éxitos en la vida dependen de cómo uno sepa tratar a los demás.

El reconocimiento

- Es el punto de partida para el Buen Trato.
- Capacidad de "darse cuenta".
- Es la esencia del RESPETO.

L@s niñ@s se esfuerzan para lograr la aprobación de sus padres en todo lo que hacen. Por eso, las palabras de aliento y de reconocimiento favorecen su autoestima y les permiten seguir avanzando.

Los estímulos deben ser genuinos.

Si l@s niñ@s reciben grandes elogios por hacer un dibujo que al día siguiente va a la basura las palabras fueron en vano.

La empatía

- Capacidad de entender y comprender qué siente, cómo piensa y por qué actúa como lo hace el otro con quien nos relacionamos.
- Sólo es posible desarrollarla si hemos RECONOCIDO al otro.
- Ayudar a que l@s niñ@s sean consciente de las repercusiones provocadas por su conducta, utilizando expresiones en las que, por ejemplo, resaltemos que su amigo está triste o que se siente mal.
- Transmitirle que sabemos cómo se siente, y que incluso podemos y queremos compartir sus sentimientos
- De esta forma le hacemos saber que nos estamos interesando sobre cómo se siente, y algo aún mejor es explicarle lo que nosotros mismos sentimos.

La comunicación

- Es diálogo.
- Sólo si se basa en los dos elementos anteriores (reconocimiento y empatía) es un verdadero diálogo y para serlo precisa de dos capacidades fundamentales: saber expresarse con seguridad y saber escuchar sin juzgar.

Comunicación

- Comprende lo que su hijo le quiere decir?
- La fundamental amenaza a la comunicación es la falta de tiempo o el hacerlo en momentos poco adecuados (cansancio, enfado, estrés, prisa, etc.)
- L@s niñ@s tienen que sentir que se les presta atención y lo que tienen que decirnos es importante.
- Hay que favorecer espacios para la reflexión, respetando turnos, evitando el insulto o la imposición de normas sin dar razones.
- Las normas deben ser sencillas, justas y mantenerse. Debe haber coherencia entre padre y madre.
- Lo que sentimos y lo que decimos tiene también que ser coherente.
- Es importante expresar nuestros sentimientos de forma adecuada .
- Es importante conocer que la mayor parte de lo que decimos es no verbal.

La negociación

- Si reconocemos que las características, intereses, necesidades y puntos de vista de todos y todas son igualmente importantes, no hay otra forma de resolver las discrepancias que negociando.
- Comience con un acuerdo, y no con una discusión.
- Involucre a su hijo.
- Explíquelo su punto de vista.
- Sepa que la negociación no significa ceder.
- Negocie los asuntos en forma apropiada a la edad del niño.
- Tome un momento para calmarse.
- Escriba las soluciones.

El lenguaje apreciativo como herramienta para producir el cambio.

- La construcción de un lenguaje apreciativo hacia los niños implica necesariamente cambiar los modos de comunicación con ellos, partiendo de que un niño suele reflejar en sus actos aquello que los adultos esperan o suponen que hará. Así si un niño es siempre catalogado de necio, tonto, imprudente, insoportable, actuará de esa forma porque así se ve.
- Algunos investigadores han llegado a la conclusión que a un niño de cinco años en un día se le dice un mínimo de 55 veces NO.

Algunas formas de construir un lenguaje apreciativo

- Recordarles las cosas que hacen bien, no se trata de omitir las que no, sino simplemente no ocuparnos de remarcarlas, de ese modo estaremos reforzando las conductas que se premian, con el elogio o con el reconocimiento.
- Concéntrese en lo que su niño puede hacer, en vez de lo que no puede hacer.
- Ridiculizar, criticar e insultar pueden herir tanto como golpear.
- No compare negativamente al niñ@ con otr@s niñ@s
- Si el niño dice: "¡No puedo hacerlo!", ¿cómo puede ayudarlo? Recuérdele sus logros anteriores. ¡Sé que puedes hacerlo!".

Principales causas o factores que predisponen la agresividad en los niños

Por imitación: Cuando existe en la escuela, familia o entorno cercano, personas que agraden física o verbalmente, los niños copian modelos y erróneamente aprenden que ésta es la manera de resolver las cosas y conseguir lo que quieren.

Relaciones conflictivas en el ambiente familiar: Las peleas entre los padres, un ambiente conflictivo, puede inducir al niño a comportarse agresivamente.

Inadecuados estilos de crianza: Cuando se deja hacer al niño lo que quiere y no se le enseña a no agredir a los demás, estará acostumbrado a no respetar normas.

ALGUNOS CONCEPTOS SOBRE BULLYING O INTIMIDACION EN EL AMBITO ESCOLAR

- Hostigamiento, acoso, la amenaza sistemática que un estudiante o un grupo de estudiantes realiza a otro estudiante hombre o mujer.
- Se identifica como uno de los tantos comportamientos violentos que se generan en el mundo escolar. Pareciera que su fin es lesionar a otro, producir daño, destruir, contrariar o humillar.
- La intimidación es una acción violenta, diferente de las peleas o duelos entre estudiantes. Esta incluye desde ofensas sutiles hasta la violencia física que ocurre en forma reiterada.
- No es una cuestión de agresiones esporádicas, sino que se trata de acciones repetitivas y permanentes.
- Existe intimidación cuando un miembro del grupo recibe más ofensas que los demás y es reiteradamente excluido del grupo.
- Muchos autores relacionan la Intimidación con una serie de actos agresivos que emergen como un intento deliberado de causar daño físico y/o psicológico a otros. Se clasifican en:
 - **Agresiones físicas:** golpes, empujones patadas, destrucción de pertenencias del compañero
 - **Agresiones verbales:** poner sobrenombres, humillar, insultar, amenazas, rumores, mentiras, chantajes.
 - **Agresiones psicológicas o Indirectas:** exclusión, aislamiento, indiferencia, rechazo al otro.

Lo peculiar de todas estas acciones es que se necesita de un tercero que actúe como testigo y cómplice para que la intimidación cobre fuerza y cumpla su finalidad.

La intimidación escolar contempla 4 criterios

1. Comportamiento agresivo o el acto intencional de hacer daño
2. Se lleva a cabo de forma constante durante un período de tiempo.
3. En una relación interpersonal caracterizada por una asimetría de poder.
4. Es de naturaleza colectiva.

Un estudiante no se transforma en víctima solo por poseer características físicas singulares (sobre peso, anteojos, etc.) sino porque carece de habilidades sociales, es poco asertivo y raramente logra defenderse a sí mismo

Tipos de víctima	
PASIVOS Niños que se muestran:	PROVOCADORES Niños que se muestran:
<ul style="list-style-type: none">• Ansiosos• Inseguros• Cautelosos• Sensibles• indefensos	<ul style="list-style-type: none">• Hiperactivos• Ansiosos e irritables• Constantemente andan a la defensiva• Se comportan de manera que causan irritación y tensión en su alrededor.

Cultura del silencio

- Las víctimas suelen no informar a los adultos acerca de la situación que están viviendo, por lo que muchos padres y profesores no saben quién está siendo víctima de una intimidación y esto se consolida porque:
 - A. A los estudiantes les cuesta hablar sobre la situación en que se encuentran
 - B. La intimidación es realizada, por lo general, en forma privada donde no se cuenta con la presencia de adultos.
 - C. Muchos adultos sostienen que los niños son intrínsecamente inocentes.
 - D. Un alto % de profesionales sobrevaloran el rol de la familia (madre), subestimando la potencia de la influencia del grupo de pares.

¿Cómo saber si un estudiante está intimidado?

- Informarse para poder diferenciarla correctamente de los conflictos, malas relaciones, jugarretas, bromas y chistes que suelen ser bastante comunes entre los estudiantes.
- Señales:
 - Les hacen bromas desagradables, les ponen sobrenombres, los insultan, menosprecias y ridiculizan
 - Son denigrados, amenazados
 - Son objeto de burlas y risas desdeñosas y hostiles
 - Son solitarios, no se juntan con sus compañeros de curso y suelen no tener amigos
 - En la sala presentan dificultades para hablar frente a los demás
 - Dan una impresión de ser inseguros y ansiosos
 - Se les observa tristes, deprimidos, afligidos y desganados
 - Muestran desinterés por el trabajo escolar
 - Pueden bajar su rendimiento académico.

¿Qué hacer? Profesores

- Tener mucha cautela de cómo proceder de manera de poder ayudar eficazmente. No sirve tener solo una conversación o castigar al intimidador, porque esto puede generar que tome severas represalias contra su víctima por el hecho de haber hablado.
- No se trata solo de un problema entre 2 individuos. Es por eso que es indispensable trabajar el problema con todo el curso. Se recomienda:
 - Elaborar normas en conjunto con todos los estudiantes para regular la intimidación.
 - Tener conversaciones frecuentes con los estudiantes respecto a esta problemática.
 - Integrar y reunir a los padres, mantenerlos al tanto de lo que acontece con sus hijos
 - Utilizar metodologías educativas centradas en el aprendizaje cooperativo.
 - Tener conversaciones individuales tanto con el intimidador como el intimidado

¿Qué hacer? Padres

- Si constata que su hijo está siendo intimidado, aunque sienta rabia, pena y otras emociones, debe mantener la calma, evita sobre reaccionar y entrar en disputa culpabilizando a los intimidadores o al colegio.
- Las acciones que se tomen deben ser compartidas con el colegio.
- Estimule a su hijo a compartir sus problemas. Hágale notar que contar lo que sucede en el colegio no significa ser acusete.
- Escúchelo atentamente y asegúrele que lo ayudará a enfrentar este problema
- Dígale que ha hecho lo correcto
- Ponga atención sobre quienes fueron los involucrados, que tan seguido ocurre, donde ocurre y de que forma es intimidado
- Diríjase al colegio, converse con el profesor jefe. Se propone un plan de acción
- Refuerce positivamente a su hijo
- Potencie las habilidades
- Ayude a su hijo a establecer nuevas amistades. Estimúlelo a actuar con sus compañeros de curso.
- Si el comportamiento de su hijo contribuye a que sea intimidado, trate de ayudarlo a encontrar otras formas de relacionarse con los demás, sin que se sienta responsable de los que sucede.
- Aliéntelo a participar en actividades físicas, pero no le enseñe a pegar.

Algunas estrategias para los padres

Estrategias para ayudar a desarrollar autoestima positiva

- Dé muchas muestras de afecto incondicional
- Hágase tiempo para escuchar a su hijo
- Demuéstrele a sus hijos que los conoce bien, siempre centrándose en sus fortalezas.
- Genérole confianza en su capacidad de tomar decisiones
- Respete el ritmo de sus hijos
- Promueva que consigan logros
- Estimule la autonomía
- Genere espacios para realizar actividades que se relacionen con valores.
- Genere un entorno acogedor
- Dé reconocimiento en forma expresiva y explícita
- Madres/Padres/Cuidadores generalmente quieren lo mejor para sus hijas e hijos.
- Las familias son diferentes, cada persona es diferente; no existen recetas, sólo herramientas a implementar.
- La dinámica familiar no se cambia de un día para otro.
- Las y los niños, así como sus padres/madres, tienen diferentes necesidades en diferentes momentos de su vida.
- La violencia es un comportamiento aprendido. No es natural, ni inevitable.
- Los límites, la comunicación y la participación son elementos necesarios dentro de las pautas de conducta.
- Cada quien en la familia tiene un rol que cumplir.
- La crianza es un proceso de construcción y reacomodación mutua y constante.
- Se debe re-sentir la niñez propia.
- Más que controlar, preocupémonos por conducir el proceso; y hagamos divertido el intento.

Sin ánimos de dar recetas, a continuación se enuncian estrategias que se podrían implementar.

Respetando las posibilidades de cada edad, es necesario:

- Establezca límites claros, coherentes y consistentes, para que sepan que pueden y que no pueden hacer.
- Elogie lo que haga bien, y en caso de crítica, hable sobre la acción realizada y no como si fuese un problema personal.
- Póngase en el lugar del niño.
- Conozca las posibilidades de la niñez y la adolescencia y déjelos asumir responsabilidades según sus capacidades.
- Mantenga en todo momento una buena comunicación.
- No se enfrasque en discusiones acaloradas, espere a que todos estén más calmados.
- No condicione el cariño.
- No diga ni haga cosas que a Ud., no le gustaría haber escuchado de sus padres.
- Sea congruente con las normas y límites establecidos.
- Sea congruente y proporcional con las sanciones establecidas.
- Sea ejemplo en todo momento, no valide la violencia en ninguna de sus formas.
- Valide la democracia en casa, en especial en los momentos más difíciles.
- Permita que la crianza sea un espacio de crecimiento para toda la familia, donde el amor, el buen trato y la comunicación estén presentes en todo momento.
- Permítase crear formas propias y hacerlo diferente.

“Una dosis de Amor es tan indispensable como las Proteínas, las Vitaminas y el aporte calórico para asegurar el desarrollo sano de los Niños/as”