



PROYECTO VALOR. GUIA EDUCATIVA

Esta guía deriva del Proyecto Valor, (Programa educativo de actitudes y valores socio-afectivos para prevenir comportamientos violentos en el ámbito social y familiar) diseñado y aplicado por miembros de la Asociación Aragonesa de Psicopedagogía que ha contado con la colaboración del Instituto Aragonés de la Mujer que en su II Plan de Acción Positiva para las Mujeres en Aragón 1997-2000 contempla el fomento de modelos educativos que favorezcan valores igualitarios en la certeza de que la coeducación es un medio de prevención de la violencia.

Las medidas propuestas pretenden que la sociedad tome conciencia de la gravedad del problema y que tanto en los centros escolares como en las familias, se transmitan los valores de la tolerancia, el respeto, la igualdad y la paz, como método para prevenir la violencia.

GUÍA EDUCATIVA PARA PADRES Y MADRES

La conducta violenta, como otras muchas conductas, tiene un alto componente de aprendizaje imitativo y de obtención de recompensas; en pocas palabras, la conducta violenta aumenta si se consiente y decrece sensiblemente si no se consiente.

Todos queremos a nuestros hijos e hijas y les deseamos lo mejor. Trabajamos mucho para conseguir que tengan una vida más confortable que la nuestra. Queremos darles las mejores experiencias y oportunidades, y nos sentimos mal cuando les privamos de algo. Pero hay un error mucho peor que negarles algo: ES CONSENTIRLES DEMASIADO.

Las niñas y niños consentidos experimentan sentimientos violentos con mucha frecuencia debido a las siguientes razones:

1. - Puesto que siempre esperan satisfacer sus deseos, no son tolerantes ante la frustración ni aprenden a esperar la recompensa; se sienten enojados con frecuencia.
2. - Casi nunca se sienten recompensados. Cualquier satisfacción es momentánea y es el resultado de conseguir lo que quieren. Nunca llegan a experimentar la satisfacción de acabar un trabajo o de recibir algo por lo que han tenido que esperar.
3. - Nunca llegan a conocer el sentido real del afecto, y demandan siempre un regalo como prueba de afecto tangible. Cuando la vida se hace difícil o sus generosos padres ya no están presentes, descubren un gran vacío que nunca se llena.
4. - No viven en armonía con otras niñas y niños. Son egoístas, sólo piensan en sí mismos y se autodisculpan de todo. Por lo tanto son poco apreciados y se convierten en solitarios.
5. - Están mal preparados para manejar el estrés. Al estar muy consentidos no profundizan en sus sentimientos, no tienen carácter sólido y estable. Al menor contratiempo se derrumban.
6. - Las familias que consienten a sus hijas e hijos no tienen cohesión. Los hermanos compiten unos con otros para ver quien puede conseguir más. Comparten poco y se pelean mucho. Los miembros de la familia no aprenden a apoyarse durante las épocas difíciles.
7. - Las hijas e hijos consentidos viven en un mundo "irreal". Sufren un duro golpe cuando tienen que enfrentarse con los problemas normales, ya que su entorno infantil no tiene nada que ver con lo que luego encuentran en la vida real.
8. - Dar más de lo necesario SIEMPRE perjudica a las niñas y a los niños.



RECOMENDACIONES PARA FAVORECER EL DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA

1. - Aceptar a nuestros hijos/as como son en su esencia, como personas por encima de sus conductas.

2. - Reforzar y valorar lo positivo que posean, en su carácter, inteligencia, sentimientos, acciones, conductas y actitudes.
3. - Hacerlo con muestras de cariño, amor, gestos de aprobación, besos, miradas...
4. - No mandarles mensajes, sino poner límites a sus conductas incorrectas.
5. - Confiar en ellos/as, en sus recursos como personas.
6. - Apoyarles y quererles aunque fallen, no tienen que ser perfectos/as.
7. - Darles responsabilidad, poco a poco, no protegerles en exceso, que se equivoquen, que maduren, que vean que pueden.
8. - Respeto a su persona, opiniones, puntos de vista, forma de ser.
9. - Manifestar honestidad, coherencia y sinceridad, mostrarnos como somos, reconociendo virtudes y fallos.
10. - Ser felices y disfrutar con ellos/as por lo que son.



ALGUNOS MITOS QUE HAY QUE REVISAR

En lo referente a la conducta de enojo o enfado, existen ciertas creencias que se mantienen tradicionalmente en la educación infantil y compartidas por la gran mayoría de los adultos. Sin embargo las tendencias actuales van en la línea de un mayor énfasis en el autocontrol de la ira y el entrenamiento en conductas prosociales.

1.-"NECESITO SACAR MI ENFADO"

No es cierto. Dejar salir el enfado sin analizar la causa que lo produce implica actuar agresiva e impulsivamente, y por tanto no aborda el verdadero problema que ha provocado el enfado. El sentimiento de enfado es aceptable como respuesta a una ofensa, pero lo que hacemos con ese sentimiento, generalmente agredir, no es aceptable.

2.- "SI DEJO DE ENFADARME ACABARÉ ENFERMO EMOCIONAL O FÍSICAMENTE".

No es cierto. Lo que nos hace estar enfermos no es guardar el enfado, ni sacarlo, ni ocultarlo, ni demostrarlo, sino simplemente estar enfadados y no hacer nada para

solucionarlo. Retener el enfado con el autocontrol puede ganar tiempo para pensar una solución útil.

3.- "EL ENFADO ME AYUDA A SER MÁS CREATIVO"

No es cierto. El enfado desprende adrenalina y da un sentimiento de euforia, que no significa lo mismo que ser creativo. En todo caso el enfado nos hace menos creativos, porque una sensación de euforia impide hacer las conexiones mentales que son la esencia de la creatividad.

4.- "LAS RABIETAS SON EXPRESIONES SALUDABLES DEL ENFADO INFANTIL"

No es cierto. Las rabietas son los intentos del niño o niña de controlar y manipular una situación para que le sea favorable. Si cedéis a una rabieta, le estáis enseñando una manera poco sana de conseguir lo que quiere. Un niño o niña NUNCA debe obtener nada de una rabieta excepto la lección de que no siempre se puede tener lo que se quiere.

La violencia tiene relación con una escasa habilidad para manejar la frustración y la ira en los primeros estadios infantiles. Si queremos prevenir comportamientos violentos es necesario dotar al niño o niña de herramientas útiles para el manejo de sus emociones.

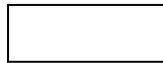


ORIENTACIONES PSICOPEDAGÓGICAS

En lo referente al apartado de los ROLES, se pueden aportar las siguientes orientaciones:

1. - Plantear MODELOS EDUCATIVOS que no vayan dirigidos a niñas o niños, sino a personas.
2. - Formar personas íntegras y plurales, con CUALIDADES, HABILIDADES SOCIALES BÁSICAS Y ACTITUDES comunes que favorecerán su integración social.

3. - Ofrecer un amplio ABANICO DE CONDUCTAS COMUNES para niñas y niños que les ayude a desarrollar una identidad propia con la que se sientan bien; porque hay muchas maneras de ser mujer y de ser hombre.
4. - COEDUCAR a las chicas/os desde el respeto a la diversidad. Que su condición sexual no les determine a la hora de asumir responsabilidades en el ámbito familiar, que no les influya en sus relaciones socio-afectivas ni les limite en su proyección laboral.
5. - Ofrecer, tanto desde el ámbito familiar como desde la escuela, MODELOS y REFERENTES comunes a niñas/os que les hagan capaces de desenvolverse en cualquier situación, tanto individual como socialmente.



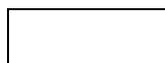
COMO MANEJAR LOS SENTIMIENTOS DE ENFADO

Establezcamos algunas formas sanas de manejar el enfado y tratemos de enseñárselas a nuestros hijos e hijas.

1. - Ayudar al niño o niña a reconocer sus sentimientos de enfado y a hablar de ello. "Te veo irritado y has aporreado tres puertas antes de llegar a tu habitación, ¿te pasa algo?. El enfado indica que el niño o niña ha sufrido una agresión, insulto, humillación, o cualquier otro evento que le hiera. No debemos pasar por alto el enfado. Hay que ayudar a analizarlo y canalizarlo hacia una solución aceptable.
2. - Intentar disminuir la respuesta agresiva automática. Este paso ayuda a serenarse y escoger alguna otra alternativa menos destructiva que la agresión. A veces no basta con el tradicional "cuanta hasta diez antes de responder" y realmente hay que sentar al niño o la niña y marcar tiempos de reloj, al mismo tiempo que le decimos "Primero quiero que te calmes y después hablaremos de cómo resolver el problema. siéntate tres minutos exactos de reloj, después hablaremos".
3. - Ayudarle a descubrir la verdadera causa del enfado. Hay que explorar junto con el niño o la niña si ha sufrido algún rechazo, insulto, ofensa, burla, etc...

Este paso resulta muy difícil. El enfado puede ser tan intenso que no pueden recordar nada. No mostréis prisa, dadle tiempo para enfriar la ira y poco a poco analizar la situación que ha causado su enfado. Muchos enfados infantiles se disipan hablando serenamente. Un padre o una madre nunca debe responder con enojo a un niño o niña que esté en pleno ataque de enfado; debe tratar de conservar la calma en sus gestos y tono de voz.

4. - Cuando sea apropiado, enseñar al niño o la niña a enfrentarse a la persona causante del daño. No siempre es posible, pero si está al alcance de sus posibilidades debe alentarse al niño y a la niña a enfrentarse con el "enemigo" y hablar con esa persona para buscar solución.
5. - Enseñarle la habilidad de la reconciliación en lugar de la autojustificación. Es una habilidad importantísima aprender a perdonar y reconciliarse con los que le han causado daño. Crea una gran fortaleza de carácter y el niño o la niña no tendrán problemas a la hora de superar injurias más importantes durante toda su vida.



ORIENTACIONES PARA UN USO RAZONABLE DE LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN

1. - Saber decir NO al exceso de consumismo, siendo conscientes de las propias necesidades a la hora de comprar.
2. - Reflexionar sobre la publicidad. Beneficios y perjuicios de algunos artículos de máxima publicidad.
3. - Decidir juntos (pequeños y mayores), los programas que se van a ver.
4. - No conectar el aparato de TV, como recurso automático nada más llegar a casa.
5. - No utilizar la TV como canguro, ni como premio o castigo.
6. - Fijar unos límites máximos de presencia ante el televisor.
7. - Procurar que los niños/as no vean los programas en solitario.
8. - Adecuar los contenidos a la edad, no permitiendo ver programas impropios.
9. - Mostrar otras opciones: lectura, música, deporte y fomentarlas con nuestro ejemplo directo.

10. - Reconocer que las distracciones pasivas son perjudiciales para la infancia, ya que atrofian la sensibilidad.



VALORES Y ACTITUDES. ORIENTACIONES A PADRES/MADRES Y EDUCADORES/AS PARA LA PREVENCIÓN DE ACTITUDES VIOLENTAS

Para la FAMILIA:

1. - Proporcionar al niño o niña el cariño y la atención necesaria para que no se vuelva hostil.
2. - Fijar claramente los límites de lo que consideramos comportamiento agresivo hacia hermanos/as, amistades y personas adultas.
3. - Usar métodos correctivos de esos comportamientos en cuanto aparecen, procurando no utilizar el castigo físico.
4. - Enseñarle a ser un sujeto activo ante una situación de agresión, que sepa acudir a otras personas en busca de ayuda y evite con su comportamiento que se produzcan agresiones en su entorno.

"Si ves una pelea, no te metas... pero busca ayuda"

"chivato" no peyorativo... es un acto responsable.

5.- La pasividad es la peor respuesta a la violencia.

PARA EL COLEGIO.

1. - Marcar límites y sanciones a las conductas agresivas tanto en el aula como en todo el centro educativo.
2. - Establecer vigilancia frecuente en pasillos y patios de recreo para mantener un comportamiento adecuado en todo momento.
3. - Responder y actuar en el caso de que un alumno/a demande ayuda.
4. - Informar tanto a la familia del agresor/a como a la del agredido/a, de cuáles son las circunstancias y qué medidas tomar conjuntamente.

5. - Finalmente, animar al alumnado a no ser pasivo y a cooperar para que no se produzcan agresiones.



ALGUNOS INDICADORES DEL MALTRATO INFANTIL

Señales físicas repetidas (morados, magulladuras)

Niños/as que van sucios, malolientes, con ropa inadecuada, etc.

Cansancio o apatía permanente (se suele dormir en el aula)

Cambio significativo en la conducta escolar sin motivo aparente.

Conductas agresivas y/o rabietas severas y persistentes.

Regresiones conductuales (conductas infantiles para su edad)

Actitud de alerta recelosa

Conducta sexual explícita, juego y conocimientos inapropiados para su edad.

Niño/a que evita ir a casa (permanece más tiempo de lo normal en el colegio, recreo...)

Tiene pocos amigos/as en la escuela

Muestra poco interés y motivación por las tareas escolares

Después del fin de semana vuelve peor al colegio (triste, sucio...)

Problemas alimenticios o de salud básicos (muy glotón/na, pérdida apetito)

Falta a clase reiteradamente sin justificación

Presenta conductas antisociales, fugas, vandalismo, pequeños hurtos.

Retraso en el desarrollo físico, emocional o intelectual.



Inés Miranda Ferrol, coord. Proyecto Valor. Guía educativa. Zaragoza, Instituto Aragonés de la Mujer; Asociación Aragonesa de Psicopedagogía, 1998. 11 páginas.