**El Buen Trato en las relaciones de cuidado con niños y niñas.**

**Por: Karina Reyes Araos
Psicóloga, Unidad de Protección y Buen Trato
Junta Nacional de Jardines Infantiles**

El Buen Trato en las relaciones, y particularmente con niños y niñas, no es sólo la ausencia de situaciones de maltrato. Es una buena señal que estos hechos no ocurran, sin embargo, hablar de Buen Trato, invita a una reflexión mucho más profunda respecto a cómo los adultos nos relacionamos con ellos cotidianamente en nuestras familias y también fuera de ellas, en nuestras comunidades, e inclusive en espacios públicos.

El Buen Trato, es una forma particular de relación entre las personas, que se basa en un profundo sentimiento de respeto y valoración hacia la dignidad del otro. El Buen Trato se caracteriza por el uso de la empatía para entender y dar sentido a las necesidades de los demás, la comunicación efectiva entre las personas a fin de compartir genuinamente las necesidades, la resolución no violenta de conflictos, y un adecuado ejercicio de la jerarquía y del poder en las relaciones.

Si pensamos en el cuidado infantil, el Buen Trato da cuenta de un modo distinto de relación entre los adultos y los menores, donde se pone al centro la satisfacción de sus necesidades de cuidado y bienestar, de modo de asegurar el desarrollo de sus máximas potencialidades en ambientes cariñosos, respetuosos y seguros afectivamente.

El Buen Trato se desarrolla, se aprende y es un proceso que debe iniciarse en la primera infancia. Y uno de los caminos claves para que los adultos cuidadores puedan desarrollar comportamientos de buen trato es el adecuado ejercicio de la autoridad en la crianza de niños y niñas.

Es importante saber que es posible ejercer un estilo de disciplina basado en el uso de normas y límites que ayude a niños y niñas a vivir en sociedad y al mismo tiempo, respete su integridad psicológica y emocional. Es necesario comprender por fin, que para educar no se requiere un uso desmedido de la autoridad, sino un adecuado equilibrio entre la firmeza para poder normar, y sobre todo el cariño de los padres, madres y/o adultos para educar y criar desde el amor y el respeto.

**El aprendizaje de Normas y Límites en los primeros años de vida**

Si pensamos en la necesidad del Buen Trato en las relaciones entre los adultos y los menores, vemos que las normas y los límites aportan enormemente a mejorar la convivencia y son herramientas necesarias para resolver los conflictos que puedan presentarse en la crianza.

Aceptar los límites y normas que exige la sociedad no siempre es una tarea fácil. Pero ¿qué pasaría si los límites y normas no existieran? La respuesta es clara: vivir en comunidad sería un tremendo caos.

Si para los adultos resulta difícil respetar las normas como cruzar con luz verde o dar el asiento a personas discapacitadas físicamente, es necesario tener en cuenta que para los niños y niñas puede ser aún más difícil debido a características propias de la etapa vital que viven: la existencia de un pensamiento egocéntrico: “yo primero, yo segundo, yo tercero…”  y la necesidad de gratificación inmediata que se observa en el deseo de conseguir todo “aquí y ahora”: “¡quiero el dulce ya!”.

Los niños y niñas, como todas las personas, son amantes de la libertad y por ello, “quisieran hacer siempre lo que quieren”. Pero cuando hacer lo que quieren puede hacerles daño a ellos mismos o a otros, es necesario que los adultos intervengan, y una forma de hacerlo constructivamente es a través de la enseñanza adecuada de normas y límites. En la medida que menores las conozcan e internalicen tempranamente, les será más fácil desenvolverse socialmente en el jardín, en su hogar y en su comunidad. Incluso, para niños y niñas pequeños las normas y límites son una necesidad de desarrollo y es deber de los adultos responsables satisfacerlas, con la finalidad de que puedan convivir adecuadamente  en sociedad.

**¿Cuáles son las normas más importantes en los primeros años de vida?**

Las normas más importantes en la primera infancia, de 0 a 6 años de edad, se relacionan con la hora de levantarse y acostarse, los horarios de comida, la formación de hábitos, el tiempo que se dedica a la televisión, los programas que ve, las obligaciones de cada uno y los permisos.

**¿Cómo poner en práctica un estilo de disciplina Bien Tratante?**

* La recomendación más importante para padres, madres, educadores y/o cuidadores es mantener el autocontrol emocional al momento de disciplinar o corregir un comportamiento. La rabia del adulto impedirá una experiencia positiva de aprendizaje para el menor. Mantener la paciencia es vital.
* Es importante comunicar al niño/a, por qué son necesarias las normas: para sentirse mejor, tener amigos (as), aprender a cuidarse, jugar y pasarlo bien, etc.
* Frente a una situación de conflicto, se recomienda evitar desgastarse en largas explicaciones que intenten convencer al niño/a. Bajo estas circunstancias se corre el riesgo de perder autoridad, a la vez que uno se expone a perder la paciencia y también el control.
* La conversación ocasional sobre temas relacionados con la disciplina, por ejemplo “por qué no es bueno ver más de una hora de televisión al día”, puede ser hecha en momentos tranquilos y de calma, de modo que el niño esté de buen ánimo y dispuesto a comprender razones.
* Explicar razones cuando un niño/a está enojado puede ser incluso contraproducente. Posiblemente el menor no esté escuchando los mensajes del adulto.
* Es necesario comenzar poco a poco, haciendo un trato con los temas fundamentales. Para estar seguro, que el menor ha comprendido lo que se espera de él, es bueno preguntarle en forma de juego “a ver si te expliqué bien ¿cuál es nuestro trato?”
* Intentar cumplir los acuerdos lo más rigurosamente posible. Por ejemplo, si acordaron que la hora de dormir es a las 9:00 hrs, y el niño/a no desea hacerlo, de manera tranquila y serena los padres u otros adultos cuidadores deben insistir, aunque el menor reclame.

Ser papá, mamá o adulto responsable del cuidado y crianza es sin duda una tarea maravillosa, pero al mismo tiempo puede resultar difícil y agotadora. Lo importante es que en los momentos de tensión los adultos logren controlarse emocionalmente y piensen que siempre será mejor evitar el maltrato y desarrollar comportamientos bien tratantes a través del cariño y uso apropiado de las normas y límites, si lo que realmente desean es criar y cuidar a niños/as más felices.