

## **PALABRAS MÁGICAS Y BUEN TRATO**

El Buen Trato durante la infancia es la base de una óptima salud física y mental, por tanto, todo programa de salud infantil debe incluir su promoción.

Los buenos tratos a las hijas e hijos es una tarea prioritaria de los padres y de las madres, pero también es una responsabilidad fundamental del resto de la sociedad garantizar el respeto de los derechos de la infancia, asegurar recursos suficientes que satisfagan sus necesidades y apoyarlos en sus funciones parentales.

La presente propuesta se centra en el hecho de que las familias que tienen buenas prácticas de crianza, contención y cuidado les ayude a centrarse en una convivencia basada en los derechos de las niñas y los niños.

La Eudaimonía es un modelo de desarrollo familiar que se centra en las fortalezas, oportunidades y aspectos positivos de una familia, en la recuperación constante de las "**Palabras Mágicas**" del Buen Trato, y todos los aspectos positivos de la familia como grupo primario de cuidado, apego, respeto y contención.

Son muchas y variadas las aplicaciones que se pueden dar a éste material denominado "**Palabras Mágicas**", en su intención pedagógica que favorece y desarrolla las competencias de los diversos campos formativos en especial el que se refiere al Desarrollo Personal y Social.

### **Enfoque pedagógico del campo formativo: Desarrollo Personal y Social**

Los procesos de construcción de la identidad, desarrollo afectivo y de socialización, inician en la familia y se fortalecen en la escuela, espacio donde los niños y niñas pasan parte del día conviviendo con sus compañeros.

Los adultos en cualquier ámbito son modelo a seguir de las niñas y los niños, en muchas ocasiones cuentan con las condiciones necesarias de atención y afecto pero en otras no, es necesario que en casa y en el salón de clases se propicie el clima adecuado que favorezca el desarrollo de experiencias de convivencia y aprendizaje entre adultos, niñas, niños y grupo de pares, desarrollando competencias emocionales y sociales, comprendiendo y regulando sus emociones, logrando un dominio gradual como parte de su desarrollo personal y social.

El uso de las “**Palabras Mágicas**” fomenta dicho proceso de construcción, facilitando la convivencia familiar y escolar y en particular haciendo visible la problemática del riesgo psicosocial.

Las competencias y habilidades para la vida, que se sugieren desarrollar a través de estas actividades están articuladas en 2 ejes:

## **1. EJE DE IDENTIDAD PERSONAL**

- Reconoce sus cualidades y capacidades y desarrolla su sensibilidad hacia las cualidades y necesidades de otros.
- Actúa gradualmente con mayor confianza y control de acuerdo con criterios, reglas y convenciones externas que regulan su conducta en los diferentes ámbitos en que participa.
- Las niñas y los niños se reconocen a sí mismos como sujetos de derechos.

Ser papá, mamá o adulto responsable del cuidado y de la 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 y niñas más felices.

## **2. EJE DE RELACIONES INTERPERSONALES**

- Acepta a sus compañeras y compañeros como son, y comprende que todos tienen responsabilidades y los mismos derechos, los ejerce en su vida cotidiana y manifiesta sus ideas cuando percibe que no son respetados.
- Establece relaciones positivas y de Buen Trato con otros, basadas en el entendimiento, la aceptación, y la empatía.
- Identifica situaciones de riesgo en relación al maltrato infantil.
- Hace uso del modelo de Palabras Mágicas y Buen trato para fortalecer su trayecto formativo y en el ámbito escolar y extraescolar.

**EJERCICIOS**

<b>EJERCICIOS</b>	<b>ACTIVIDAD FAMILIAR O ESCOLAR</b>	<b>MATERIALES</b>
<p><b>¡¡¡GRACIAS!!!</b></p> <p>Es una palabra comúnmente utilizada como una atención por algo que se recibe, ya sea material o afectivo.</p> <p>Se propone repensar el significado y expresar alegría al momento de decirla e identificar y reconocer que lo recibido nos hace bien, nos ayuda o facilita algo, sólo así será significativa para el que la recibe.</p>	<p>Buscar un momento y lugar adecuados para que el grupo familiar o escolar exprese una situación en particular que quiera compartir, tomará una tarjeta con la imagen del que será el colibrí del agradecimiento, una vez que termine de compartir se la entregará a la persona más próxima y le dará las gracias por su atenta escucha, y lo turnará a otro participante dándole las gracias, teniendo como objetivo el darse cuenta que puede ser escuchado y encuentre los motivos por los que se sintió reconfortado y acompañado, utilizando la palabra mágica "<b>Gracias</b>".</p>	<p>Tarjeta con la imagen de un colibrí (considerado un animal que representa el amor, la alegría, la felicidad, la libertad y la paciencia), es el mensajero de noticias especiales por lo que se propone utilizar "El colibrí del agradecimiento".</p>
<p><b>¡¡¡POR FAVOR!!!</b></p> <p>Se hace uso de esta palabra al solicitar apoyo para lograr u obtener algo, aunque es muy conocida en la actualidad es observable que se utiliza muy poco en niñas, niños, adolescentes y adultos, algunas veces están acostumbrados a recibir sin pedir con el uso de la misma.</p>	<p>Llevar a cabo el juego "<b>El buen final</b>" donde cada integrante, según su turno toma una tarjeta y la entrega al coordinador quien lee "el buen final" descrito en la misma (ejemplo: "la señora se sintió muy contenta y siguió regalando libros a los niños que la visitaban", "Luis recibe cada día de su cumpleaños una tarjeta con las firmas de muchos niños, "A pesar de las circunstancias se sienten emocionados por el gran regalo") el responsable del turno contará una historia relacionada con la oración de la tarjeta, en la que al utilizar la palabra mágica, "<b>Por favor</b>" dé como resultado ese buen final, el resto de los participantes levantarán una tarjeta con una carita alegre si están de acuerdo con la historia, o una carita indiferente si están en desacuerdo.</p>	<p>Juego "El buen final"</p> <p>20 tarjetas que indican un buen final</p> <p>10 caritas felices e indiferentes</p> <p>Se redactan las frases para cada tarjeta tomando en cuenta la diversidad en ambientes, emociones, etc. Las caritas pueden hacerse como paletas.</p>

<b>EJERCICIOS</b>	<b>ACTIVIDAD FAMILIAR O ESCOLAR</b>	<b>MATERIALES</b>
<p><b>¡¡¡TIENES LAS MANOS FRÍAS!!!</b></p> <p>Hace referencia a esas frases familiares que son utilizadas para demostrar interés y cariño por la persona que queremos, en este caso cuando se tienen las manos frías se manifiesta que existe una preocupación, que no se ha comido o que existe una necesidad que atender.</p>	<p>Con la participación y la colaboración se comparten experiencias que favorece establecer relaciones positivas.</p> <p>Dos integrantes de la familia o del grupo toman un títere y representan el siguiente cuento:</p> <p><b>"LA SOPA DE DOÑA CHELO"</b></p> <p><i>Un día de lluvia, estaba doña Chelo en la cocina preparando una rica sopa de fideo, ¡cuando de pronto! Escuchó que tocaban a su puerta de forma mu</i></p> <p><i>y estrepitosa, un poco sobresaltada se asomó por la ventana para ver quién era, se sorprendió mucho al descubrir que quien tocaba era su hijo Luis, que se había ido hace meses a estudiar a otra ciudad.</i></p> <p><i>Doña Chelo se apresuró a abrir y lo primero que hizo fue tomar a Luis de las manos y decir "tienes las manos frías", Luis Sonrió y dijo "ya extrañaba escuchar eso mamá" siempre pienso en esas palabras cuando me siento solo, cuando tengo hambre o frio, también cuando me siento solo pero así te siento cerca de mí, emocionados se abrazaron e inmediatamente se fueron a la cocina para platicar y disfrutar la rica sopa de doña Chelo, celebrando ese día lluvioso, pero feliz.</i></p> <p><b>Cuestionar a los integrantes de la familia o alumnos:</b></p> <p>¿Tú en que momentos te has sentido con las "manos frías"?</p> <p>¿Qué has hecho cuando te sientes con las manos frías?</p>	<p>Títeres de diversos integrantes de la familia</p> <p>Cuento <u>La sopa de Doña Chelo</u></p>

<b>EJERCICIOS</b>	<b>ACTIVIDAD FAMILIAR O ESCOLAR</b>	<b>MATERIALES</b>
	<p>¿Tú con cuál frase de la familia te sientes reconfortado?</p> <p>¿Aparte de tú mamá con quién te sientes reconfortado?</p> <p>¿En qué momento o momentos necesitas ser animado?</p> <p>Si no tienes una frase, ¡¡invéntala!! Puede ser graciosa, cariñosa, estrepitosa, tú decides.</p>	
<p><b>¡¡¡BUENOS DÍAS!!!</b></p> <p>La frase buenos días, va más allá de una cortesía para alguien que acabamos de ver o encontrar, generalmente la utilizamos o decimos como hábito y no con la intención real, es decir, de forma afectiva, representa buenos deseos y de lo que se haga en ese día esté lleno de éxito, logrando pasar un día especial.</p> <p>Un buen comienzo es lo que se pretende al despertar cada día y expresar "Buenos días"</p> <p>Planear su día a partir de una autoimagen positiva.</p>	<p>Utilizando el cartel con las Palabras Mágicas "Buenos días", se solicita que cada uno de los integrantes de la familia o grupo escolar coloque una calcomanía de algo que lo identifique o represente con una connotación positiva y expresar por qué, (ejemplo: una mariposa porque se siente libre, una flor porque es hermosa, una guitarra porque le gusta la música, un león porque se siente fuerte, etc.)</p> <p>Cada participante será responsable de colocarlo diariamente durante la mañana en un espacio en común (por ejemplo: desayunador o la puerta del salón de clases).</p> <p>Cada uno de los integrantes antes de salir de casa o al llegar a la escuela expresará el motivo por el cual ese día se siente identificado con esa imagen</p>	<p>Cartel con frase "Buenos días"</p> <p>Calcomanías</p>
<p><b>¡¡¡BUENAS NOCHES!!!</b></p> <p>Estas palabras son de uso cotidiano al caer la noche, cuando empieza a oscurecer, son utilizadas para despedirse sabiendo que se verá a esa persona hasta el día siguiente,</p>	<p>Entregar un cartel con las Palabras Mágicas "Buenas noches" a cada integrante de la familia y solicitar que haga un dibujo que represente lo más significativo que le ocurrió durante el día, puede agregar palabras o frases para plasmar sus pensamientos o sentimientos más significativos buscando con ello, permitir a la niña o al niño expresar a partir de lo creado en el</p>	<p>Cartel con la frase impresa "Buenas noches"</p> <p>Marcadores de color</p>

<b>EJERCICIOS</b>	<b>ACTIVIDAD FAMILIAR O ESCOLAR</b>	<b>MATERIALES</b>
<p>esto en cualquier ámbito.</p> <p>Se pretende que al decir esta frase el niño o la niña reflexione sobre los aspectos sobresalientes del día y rescate los aspectos más destacados, aquellos que le conflictúen y se permita expresar de manera gradual lo que le preocupa y lo que está ocurriendo y al ser de manera no verbal promover la expresión de sus sentimientos de una forma menos confrontativa.</p>	<p>cartel situaciones que esté viviendo que pudieran ser un indicador de una situación de riesgo</p> <p>Los miembros de la familia deben ir cambiando o agregando un dibujo diariamente, estos carteles se colocarán en la puerta o algún espacio accesible para todos y cada uno de los integrantes.</p> <p>Es necesario destinar un tiempo antes de ir a dormir para que cada uno de los integrantes explique el dibujo o la frase que manifiesta lo significativo del día, es importante que la familia se muestre atenta y cercana para escuchar la narrativa de cada uno de ellos y ellas.</p>	
<p><b>¡¡¡PERDÓN o LO SIENTO!!!</b></p> <p>Estas palabras son poco utilizadas y generalmente de forma equivocada, en muchas ocasiones son vistas y entendidas como sinónimo de debilidad o inseguridad, sin tomar en cuenta que en todo tipo de situaciones puede ser la solución a conflictos, malentendidos o la mejor de las sorpresas.</p> <p>Si decimos "perdón o lo siento" por interrumpir, por no tomar en cuenta tu opinión, por no esforzarme lo suficiente, entre otras, dejará ver a las otras personas que</p>	<p>Elaborar "La caja de sorpresas" para favorecer el uso de las Palabra Mágica "perdón o lo siento" incluirá en su interior tarjetas con imágenes de acciones específicas que se considere requieren hacer uso de estas palabras (ejemplo: alguien levantando la voz, no cumplir con una tarea, no respetar turnos, entre otras) en este juego se solicitará la participación de dos o más integrantes que "dramaticen" lo que observan en la imagen que sacaron de la caja, mientras que el resto de los miembros de la familia o alumnos observan y al adivinar la acción dramatizada levantarán la palabra que corresponda, predominando las que requieran hacer uso de las palabras "perdón o lo siento".</p>	<p>Caja de sorpresas</p> <p>Tarjetas con imágenes de acciones específicas.</p>

<b>EJERCICIOS</b>	<b>ACTIVIDAD FAMILIAR O ESCOLAR</b>	<b>MATERIALES</b>
<p>reconocemos nuestros propios errores.</p>		
<p><b>¡¡¡NECESITO!!!</b></p> <p>Existen situaciones en las que es muy difícil expresar la falta de algo imprescindible o necesario en un momento determinado, por temor o minusvalía, privándose de pedir ayuda y poder satisfacer sus necesidades físicas y emocionales, lo que le impide experimentar una sensación de bienestar y alivio, es importante crear estrategias para que éstas necesidades se expresen de manera sencilla y clara.</p>	<p><i>"La lámpara de la felicidad"</i> es una forma en la que el niño o la niña que requiere ayuda puede expresar su necesidad de forma concreta a la familia. El grupo familiar, deberá tener una atenta escucha y dar ideas específicas o sugerencias para satisfacer dicha necesidad.</p> <p>Se utiliza una pequeña lámpara tradicional en la que la niña o el niño colocarán una tarjeta, hojita o tarjetas adheribles con una necesidad específica. Si se enciende la lámpara, es señal de que alguien "necesita" algo, y entre todos se dará ideas o sugerencias para satisfacerla, propiciando que se vea natural el solicitar y prestar ayuda.</p> <p>El ritmo de vida en la actualidad y la constante lucha de contar cada vez con más cosas materiales, nos lleva a una competencia constante con quienes nos rodean, buscando sobresalir sin pedir ayuda, dejando de lado la colaboración y el apoyo, se puede observar que es muy difícil expresar la falta de algo imprescindible o necesario en un momento determinado, sólo por evitar quedar mal o sentirse menos que alguien por solicitar ayuda, mientras que para los más pequeños de edad, es tan fácil decir "quiero": un papel, un pan, a mi mamá, un dulce, ir a tal lugar, etc. con esa expresión satisfacen sus necesidades físicas y emocionales que los lleva a experimentar una sensación de bienestar, es importante hacer lo posible para que esa necesidad, que se expresa de forma sencilla y clara no se pierda al ir creciendo.</p>	<p>Lámpara</p> <p>Papel (hojas o tarjetas adheribles)</p> <p>Lápiz o marcadores</p>
<p><b>¡¡¡ÁNIMO!!!</b></p>	<p>"Emotiemociometro", es un material que cuenta con caritas que</p>	<p>Caritas que representan</p>

<b>EJERCICIOS</b>	<b>ACTIVIDAD FAMILIAR O ESCOLAR</b>	<b>MATERIALES</b>
<p>Existen momentos en los que nos sentimos desanimados, melancólicos o hasta depresivos, las razones pueden ser variadas, sin embargo, una palabra de apoyo o motivación es significativa y reconfortante, porque implica que no estamos solos ante la situación o circunstancia a la que nos enfrentamos.</p> <p>La palabra mágica, "ánimo" acompañada del contacto físico como una palmada o un abrazo, se convierte en la motivación necesaria para salir adelante</p>	<p>representan diferentes emociones que van de forma ascendente: impotencia, rabia, frustración, aburrimiento, optimismo y alegría, se coloca en un lugar visible y a cada uno de los participantes le toca representar una emoción, posteriormente en tarjetas borrables (plastificadas) que solo tenga impresa la palabra mágica "ánimo ..." se escribirá una palabra o acción que motive, y se colocará en el <i>Emotiemociometro</i> (se puede asegurar usando una pinza), con esta actividad, familiares y alumnos reconocerán que ante cualquier situación por más difícil o agradable que sea, siempre existen palabras que motivan a salir adelante.</p>	<p>diferentes emociones</p> <p>Tarjetas borrables (plastificadas)</p> <p>Pinza</p>
<p><b>"MÁQUINA DE CUMPLIDOS"</b></p>	<p>De la misma manera que se juega la botellita. Para este juego se necesita una botella además de colocarse sentados en el piso, los integrantes de la familia o los alumnos formando una ronda y esperar su turno para afirmar con un cumplido a su compañero. La botella se coloca en el centro del círculo, acostada o volteada. El primer jugador (cualquiera) gira la botella y cuando ésta se detenga, al que apunte debe decirle algo positivo (el jugador que la giró). Un cumplido puede ser físico, espiritual, material, del carácter, cualquier cosa buena.</p> <p>Esta actividad ayuda a darse cuenta de la percepción positiva que tienen los otros de él o ella, permitiéndole interiorizarla y a fortalecer una autoimagen más positiva a partir de las opiniones externas</p>	<p>Una botella</p>



AUTOR: JOSÉ OSCAR ALDANA TORRES  
SERVICIOS INTEGRALES EN DESARROLLO HUMANO,  
DESARROLLO ORGANIZACIONAL Y DESARROLLO EDUCATIVO.  
ALDANA Y ASOCIADOS CONSULTORES

