

EMAN – RINCÓN VIRTUAL

Tolerancia en tiempos de cuarentena

La Declaración de Principios sobre la Tolerancia dice:

“La tolerancia implica respeto, empatía y solidaridad. Supone ser flexible, saber escuchar, saber observar y aceptar la diferencia como parte normal de nuestra vida: todos somos diferentes, y ahí está la riqueza en este mundo, en su diversidad”.

Padres, docentes y sociedad somos el espejo donde los niños se miran. Sus acciones y reacciones, sus prejuicios y miedos son, en muchas ocasiones, reflejo de lo que han visto o han vivido en los distintos contextos en lo que se mueven.

Sabemos que estar en casa con niños chicos, puede presentar ciertas situaciones en las que ellos se muestran inquietos debido a no poder tener el tiempo y el espacio necesarios para moverse, saltar, jugar, crear. Muchas veces, se nos acaban las ideas y necesitamos orientación para poder llevar adelante esta etapa que nos toca vivir en pandemia.

Crianza en tiempos de cuarentena

- Podemos considerar que, habiendo varios hijos en casa, intentemos disponer de un tiempo para cada uno de ellos:
Compartir una charla, una actividad al menos de veinte minutos con cada uno. Se puede anticipar que siempre será a la misma hora cada día, para que todos sepan que van a tener su momento con el adulto de referencia.
- En ese tiempo podemos aprovechar para preguntarle a nuestro hijo o hija qué le gustaría hacer. El hecho de abrir la comunicación para que ellos puedan opinar, les permite incrementar la confianza en sí mismos al sentirse escuchados y tenidos en cuenta.
- Apagar la televisión durante un tiempo acordado para dialogar o hacer actividades que impliquen comunicación e interacción entre los miembros de la familia. Ejemplo: preparar alimentos, amasar o pensar distintas opciones para el día a día en casa.
- Con niños y niñas podemos leer cuentos, realizar relatos posteriores a la lectura de los mismos, hacer un dibujo de lo que se leyó.

- Bailar y escuchar música puede ser consensuado. Elegir música entre todos puede ser divertido y permite a su vez que si un día no se elige la que nos gusta poder aprender a esperar que otro día podrá ser la de nuestro agrado.
- Realizar juntos tareas de la casa de modo que parezca un juego y no una exigencia.
- Acompañarlos a realizar tareas escolares.
- Realizar ejercicios físicos juntos. Esto puede incluir a niños, niñas y adolescentes.
- Acordar un tiempo en el que puedan estar a solas. Leyendo un libro, con el celular, la televisión, la computadora o lo que deseen para distenderse. De este modo el adulto también puede saber que cuenta con un momento para sí mismo.
- Otra actividad para compartir y promover la comunicación, puede ser que el niño tome un espejo y observe su rostro, y a partir de lo que sucede en el entorno, realizar diferentes caras que expresen las diversas emociones que van surgiendo, y que el adulto pueda nombrar estas emociones, ya que reconocerlas, nos permite conocernos a nosotros mismos, promoviendo la tolerancia, la empatía hacia otras personas y así reconocer momentos de espera con nosotros mismos y con los demás.

El cuidado del adulto es muy importante para que este a su vez pueda cuidar a otros. EL EJEMPLO de los adultos es la mejor herramienta que pueden utilizar para inculcar valores en la educación de los hijos. La tolerancia es un valor importante para el buen desarrollo de las relaciones sociales del niño.

- *“...para garantizar el crecimiento y desarrollo de un niño hay que cuidar fundamentalmente a los adultos que se ocupan de ese niño, porque finalmente nadie puede dar lo que no tiene. No se puede brindar sostén, respeto, continencia, afecto, si uno no se siente querido, sostenido, contenido, reconocido y respetado.” Mirtha Chokler.*