

DECÁLOGO para fomentar la inclusión en la familia

La familia es el primer y principal entorno en el cual se aprende que somos diversos, en el que se forma para el respeto, la tolerancia y la aceptación de la diferencia, como cualidad y oportunidad.

ESTRATEGIAS PARA FOMENTAR LA INCLUSIÓN EN LA FAMILIA:

1. Reconocer la individualidad de cada integrante de la familia.

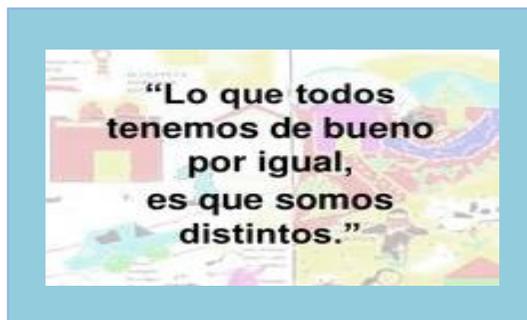
Desde el diálogo y la convivencia cotidiana, es esencial identificar características de cada integrante de la familia (físicas, intelectuales, psicológicas). Valorarlas, resaltarlas, mostrarse mutuamente, como éstas permiten que cada persona sea única, pueda desarrollar su individualidad y aportan al crecimiento de la familia y la sociedad. Aprender en familia a aceptarnos y ser tolerantes, nos ayuda a entender a los demás e introyectar que nuestras diferencias nos enriquecen.



<https://th.bing.com/th/id/OIP.AKL4URFAXPoXmM0MaKBmigHaEK?pid=ImgDet&w=84&h=84&c=7>

2. Enseñar la inclusión a través del ejemplo.

El modelo de vida es la estrategia de enseñanza y aprendizaje por excelencia. Casi todo lo que aprendemos lo hacemos por imitación. Según Albert Bandura, este tipo de aprendizaje posee cuatro componentes importantes a tener en cuenta: atención, retención, reproducción y motivación. Si los hijos observan que los adultos formadores tratan con respeto a todas las personas independiente de su rol, profesión, estatus social, raza, edad, talentos, sin importar sus diferencias físicas, culturales o discapacidad, cuando enfrenten una situación similar en cualquier entorno, replicarán el respeto por el otro que aprendieron en casa.



3. Motivar la preocupación por una sociedad más inclusiva.

Es necesario que desde la familia se refuerce que la inclusión solo es posible desde las actitudes de cada uno. El cambio nace desde nuestra posición personal.

Desde las actividades diarias en el colegio, el trabajo, la relación con vecinos y otras personas, los programas de televisión, las salidas, paseos, situaciones sociales, se enseña la tolerancia por la diversidad y el respeto (por ejemplo, no haciendo uso de los espacios destinados a personas con discapacidad, como estacionamientos, ascensores, cajas o espacios preferenciales).

4. Hablar de discapacidad o talentos especiales

Usualmente se omite hablar de discapacidad por miedo, poca información, evitación, o simplemente para evitar preguntas incómodas.

Cuando se trata de talentos especiales, también se puede caer en mitos, en considerar a las personas que los tienen como "raras", que no son comunes.

Dejar de lado este tema da lugar a que los hijos tengan sus propias teorías o preocupaciones. Por ejemplo, pueden pensar que si algún compañero de clase tiene una discapacidad es menos capaz, puede evitar tener contacto con él o ella.

En la familia hay que hablar de estos temas, resolver dudas lo que evita el tabú, el miedo y la segregación.

“Inclusión” proviene de la palabra “incluir”, que significa “poner dentro”. Si hablamos de incluir a las personas, nos referimos a que nadie se quede fuera. En otras palabras, la inclusión quiere decir que todas las personas reciben las mismas oportunidades de desarrollarse, independientemente de las características propias que las hacen únicas.

5. Cuidar lo que se dice y cómo se dice.

El lenguaje es esencial cuando se trata de enseñar a ser inclusivos. Empieza por el lenguaje no verbal, por modelar y exigir las actitudes y expresiones correctas, dejar de lado palabras despectivas, que descalifiquen a los demás por sus diferencias en todo sentido. Por ejemplo, frente a una persona con una discapacidad, en lugar de decir que "sufre de" o "padece de" una discapacidad determinada, sería mejor indicar simplemente que es "una persona con" dicha discapacidad.

También resaltar siempre a las mismas personas, por ejemplo, por sus habilidades y no tener en cuenta a todas las demás o considerar que alguien solo tiene defectos o dificultades, no permite que se fomente la inclusión. Comparar tampoco es inclusión, por el contrario, es exclusión.

6. Fortalecer las relaciones afectivas en la familia.

Desarrolle las relaciones afectivas con familiares. Promueva espacios de comunicación que permitan expresar afecto y colaboración familiar, como por ejemplo compartir juegos y actividades cotidianas.

7. Distribuir entre todos, las tareas del hogar.

La distribución de labores del hogar como limpieza aseo y organización, el cuidado de las personas y los enseres y demás responsabilidades, es también un modo de enseñar y promover la inclusión, aprendiendo e inculcando que todos tenemos derechos y también deberes, que equitativamente nos corresponden.

8. Respetar las diferencias de género, pero evitando prejuicios del tipo "esto es de niñas" o "esto es de niños".

Reconocer que las diferencias no significan déficit o carencias; tampoco valen más unas personas que otras. Hay que romper barreras y estereotipos, dando paso a la aceptación de la diversidad humana, comprendiendo que los gustos, las habilidades, las preferencias no tienen un sexo definido. Enseñar la individualidad como algo positivo.

9. Enseñar y formar la autonomía

Ayudar a los hijos a no dejarse manipular por otros, que pueden estar en su misma familia, entre sus amigos, en las redes sociales, en sus grupos escolares y que les incitan a discriminar, a hacer cosas a los demás que no están bien.

En ocasiones, los hijos siguen el juego a los demás por el mero hecho de sentirse parte del grupo, así que, si varios discriminan o hacen burla a otra persona, el resto se puede unir a esas burlas sin siquiera pensar en que hacen daño a quien las recibe. Hay que exigirles que no cedan a estas acciones, corregir cuando ocurra y sancionar si no se acoge la directriz dada.

"Si no podemos poner fin a nuestras diferencias, hagamos que el mundo sea un lugar apto para ellas".

Jhon F. Kennedy

Si enseñamos a los niños a aceptar la diversidad como algo normal, no sería necesario hablar de inclusión, sino de convivencia



10. Promover valores para relacionarse en armonía con los demás: solidaridad, caridad, comprensión, benevolencia, generosidad, empatía.

El hogar es la escuela de la formación humana. Es donde se dan las bases para entender las fortalezas de los otros, pero también sus falencias, discapacidades o alteraciones. Desde el ejemplo hay que desarrollar en los hijos habilidades para ayudar a los demás, especialmente a quienes, por distintas circunstancias, más lo necesitan.

Brindar una guía sobre cómo fomentar la inclusión en familia, es parte de nuestro compromiso de lograr una sociedad inclusiva, que se traduce en justa y equitativa.

CIBERGRAFÍA

*Guiainfantil.com es la web líder. Cómo enseñar a los niños a ser inclusivos. La inclusión empieza en casa 27 sept 2019 <https://www.guiainfantil.com> Educación Valores

*El valor de la inclusión en la vida familiar. Hablar de inclusión implica aceptación 8 abril 2019 <https://www.contrareplica.mx>

*Estrategias familiares para la inclusión social de niños y niñas. Por JC Corrale <https://bibliotecadigital.univalle.edu.co> bitstream