

# Pertenencia y significado



¿Qué cosas haces para sentirte aceptado, para pertenecer a un grupo y obtener aprobación?



Sentir que pertenecemos y que somos importantes para nuestro grupo es una de las necesidades más importantes del ser humano. Desde muy pequeños estamos buscando ser reconocidos por otros, sentir que tenemos significado.



**Para sentir pertenencia es necesario el reconocimiento**



# A

## Atención

en todas las relaciones es importante dar y recibir atención, ofrecer y aceptar tiempo de calidad, escuchar y ser escuchados.

## Afecto

para todos es fundamental sentir que somos amados y aceptados incondicionalmente. El afecto y el respeto que damos y que recibimos debe ser independiente de lo que hagamos, pensemos o de los errores que cometamos.

## Aprobación

es importante aceptar a los demás por lo que son y ser aceptados por lo que somos.

## Alabar vs Animar

El reconocimiento NO se da a través de “etiquetas” como: “eres el mejor”, “soy muy inteligente”, “eres la más linda”, “soy torpe”. Estos mensajes, nuestros o de otros, no deben formar la idea de nuestro valor e importancia. Recordemos que somos más que unas buenas notas o que una cara bonita. Nuestro valor se da desde lo que somos en esencia.

### ¿Cómo lograrlo?



¿Sientes que eres querido y respetado tal y como eres? ¿Respetas tú a los demás incondicionalmente?



¿Sientes que eres libre de ser tú mismo y no necesariamente debes parecerle a los demás, para pertenecer?



¿Sientes que puedes cometer errores y que eso no disminuye tu valor?



¿Crees que puedes ayudar a encontrar soluciones y llegar a acuerdos?



¿Tienes claro que todos estamos aprendiendo y que tus padres o tus profesores no se las saben todas?

### consejos desde la Disciplina positiva

Para la construcción de pertenencia y significado:



Solicita participar en las decisiones de tu contexto.



Pide tener poder de elección, proporcional a tu nivel de desarrollo.



Afianza el sentido de justicia: escucha y solicita que escuchen tus razones, teniendo en cuenta puntos de vista y acuerdos. Realiza actos reparadores en caso de ser necesario.



Contribuye y asume responsabilidades con las que te puedas comprometer.

## Palabras claves

Atención

Afecto

Aprobación

Reconocimiento

Apoyo

Contribución

*“La principal tarea de los adultos es dejarles claro a los niños, niñas y jóvenes que los humanos somos imperfectos y vulnerables, pero que eso no cambia el hecho de que somos merecedores de amor y pertenencia”*