

# Cómo construir buenos vecinos

**Vecino malo, vecino bueno.**



## **Dedicatoria**

Dedico esta humilde obra, a  
Mi compañera de vida Manuela,  
A madre Lídice, por darme el ser, y  
Por último, y no menos importante,  
a mi Abuela Lelis, que dios la tenga en  
su gloria, bendición mamá.

## Contenido

Dedicatoria .....	3
Prólogo .....	9
Capítulo I .....	11
El Buen vecino. ....	11
¿Cómo lograr la evolución del vecino? .....	11
Fase uno, EL CONOCIMIENTO: .....	11
¿Qué es la salud Psicosocial? .....	13
¿Tengo actualmente una buena salud Psicosocial? .....	14
a) Alta capacidad de adaptación.....	15
b) Madurez emocional y conductual .....	16
c) Personalidad resiliente .....	16
d) Control de impulso y apego a la realidad. ....	17
¿Cuál es la utilidad de conocer a nuestros vecinos?.....	18
¿Qué es un vecino I F E? .....	18
Vecino Inoportuno: .....	18
Vecino Fastidioso: .....	19
Vecino Entrometido: .....	20
¿Cómo hago para lograr el conocimiento, sin ser un vecino I F E? .....	20
Auto presentación: .....	20
¿Cuál es el momento indicado para iniciar la etapa de auto presentación con mi vecino? .....	21
Estoy al frente de mi vecino, ¿ahora qué? .....	21
¿Qué tiempo debe durar esa primera visita? .....	22
Aproximación vecinal. ....	23
¿Cómo lograr sintonía con mi vecino? .....	23
El lenguaje verbal: .....	25

Comunicación a través de la fisiología:.....	26
Sintonía a través de la psicología:.....	26
El conocimiento desde el punto de vista de la Seguridad.....	28
Fase dos, EL VÍNCULO VECINAL: .....	28
¿Cómo logro crear vínculos duraderos con nuestros vecinos? .....	28
¿Por qué los vecinos no ven la realidad cómo la veo yo? .....	29
a) La percepción .....	31
b) La posición que ocupe el vecino en relación con la situación. ....	32
¿Cómo hago para que mi vecino cambie su forma de actuar? .....	34
¿Qué es la Introspección? .....	34
¿Qué es la extrospección? .....	35
Grupo vecinal .....	36
La adaptación en el grupo vecinal .....	37
¿El vecino se adapta al grupo o el vecino transforma la realidad del grupo? ....	37
El vecino se adapta a la realidad del grupo. ....	37
El vecino transforma la realidad del grupo .....	38
¿Por qué hay vecinos que me caen mal?.....	39
Grupo operativo según Pichón Reviere .....	40
Empoderamiento .....	40
¿Cómo lograr que un vecino participe en los planes de la comunidad a la cual pertenece? .....	41
¿Cómo se logra desarrollar el sentido de pertenencia en el vecino? .....	41
¿Sabe usted cuáles son los problemas de su comunidad? .....	42
¿Quién y cómo debe hacerse un diagnóstico de la comunidad? .....	42
¿Quién hace el diagnóstico? .....	42
¿Cómo debe hacerse el diagnóstico? .....	42

Identificar el problema: .....	44
2) Determinar el origen del problema: .....	44
3) Jerarquizar los temas en base a las prioridades .....	44
4) Propuesta de solución a la problemática. ....	44
¿Ya realicé el diagnóstico y ahora qué?.....	44
Capítulo II .....	47
Conflictos en la comunidad .....	47
¿Cómo sobrevivir a los conflictos en mi comunidad?.....	47
En la Pre-historia: .....	47
¿Existieron conflictos en la Pre-historia?.....	48
Edad Antigua. ....	49
¿Existieron conflictos en la Edad antigua?.....	49
Edad Media .....	50
¿Existieron conflictos en la Edad Media? .....	50
Edad Moderna.....	50
¿Existieron conflictos en la Edad Moderna?.....	50
Postmodernidad, edad contemporánea.....	50
En conclusión: ¿Cómo ha mutado el conflicto en la historia del hombre? .....	51
Capítulo III .....	53
Comunicándome con mi vecino. ....	53
Importancia de la comunicación en el vínculo vecinal.....	53
Vecino 2.0.....	53
¿Cuáles son los beneficios de aplicar la figura del Vecinos 2.0? .....	54
¿Plataformas recomendadas para desarrollar el Vecino 2.0? .....	54
¿Qué es un gestor de incidencias? .....	54
¿Cómo funciona el gestor de incidencias? .....	55

## *Cómo construir buenos vecinos*

Beneficios del Gestor de incidencias. ....	55
¿El Vecino 2.0 sólo es útil para resolver averías? .....	56
Capítulo IV .....	57
Conservando el vínculo en nuestras comunidades.....	57
Siembra un buen vecino y cultivaras un amigo. ....	57
Labores de mantenimiento y conservación del vínculo vecinal.....	57
La colaboración vecinal: .....	57
Reconozca el esfuerzo y los logros del vecino: .....	60
¿Cómo reconocer la labor del vecino? .....	62
Trata al vecino cómo quieres que te traten a ti:.....	63
Trate a su vecino con importancia:.....	65
Generar confianza a los vecinos. ....	65
Capítulo V .....	69
Evitar el deterioro del vínculo vecinal. ....	69
Elementos que corroen, dañan y/o perjudican la estructura. ....	69
Alejar las críticas del vínculo vecinal.....	69
Observación asertiva .....	71
“Criticar”:.....	72
Observación (4): .....	73
Asertividad (5): .....	73
Afirmativo, va. (6).....	73
¿Cómo aplicar correctamente la Observación Asertiva a nuestro vecino? ....	73
Es mejor sugerir que ordenar: .....	77
¿Cuándo sucede la reactancia? .....	78
Capítulo V .....	79
Epílogo.....	79

Sí es posible ..... 79

## **Prólogo**

En este preciso momento en el que están leyendo este prólogo existen comunidades que están atravesando por situaciones de conflictos, morosidad, enfrentamientos entre vecinos, enemistades, mala comunicación, niños que no pueden relacionarse con sus vecinos contemporáneos porque los padres les han prohibido compartir con ellos, fruto de esas discordias, todo este ambiente difícil, hostil y poco sano, impide que dichas comunidades exploten sus potencialidades al máximo, imposibilitando fuertemente en su desarrollo para convertirse en comunidades prosperas, donde reine la comprensión, el respeto y la solidaridad, estas humildes letras están dirigidas a todas las comunidades, en cualquiera de sus diferentes presentaciones: Conjuntos residenciales, Urbanizaciones, Condominios, Conjuntos de casas, apartamentos, barrios, incluso es plenamente aplicable a oficinas, centros comerciales, donde siempre vamos estar rodeados de vecinos (as).

Concibo la comunidad como una sociedad de iguales, estamos tratando con seres humanos que se encuentran en igualdad de circunstancias, donde nadie es superior a nadie, somos iguales, nadie está por encima de nadie.

La idea central de la presente obra está dirigida a responder un gran enigma urbano ¿El vecino bueno nace o se hace?, ¿El buen vecino existe o es una utopía?, ¿Cómo construir los cimientos necesarios para edificar buenos vecinos?, estas interrogantes serán despejadas con palabras sencillas, comunes, de uso diario, de fácil entendimiento, dejando de lado los circunloquios, los argumentos difusos, ideas complejas, palabrerías rebuscadas y el bla, bla, bla!!! que sólo hacen al lector leer una, otra y otra vez para que luego al final y sólo al final puedan comprender, en el presente trabajo iré directamente al grano, sin rodeos.

Narro la presente obra en primera persona y en tiempo presente, utilizo ejemplos de fácil comprensión y de cómoda lectura, con personajes reales envueltos en situaciones reales que han coexistido a lo largo de mi ejercicio profesional, cambiando claro está sus nombres y comunidades.

A los fines de hacer gratificante la lectura de la presente obra los invito a colocarse en el lugar de esos personajes y procurar percibir sus actuaciones, logrando así hacerse de una idea más completa y personal.

La presente obra está diseñada para que los vecinos, de todas las comunidades, que estén leyendo, puedan reforzar día a día sus aciertos, pero también puedan equilibrar y corregir sus desaciertos, y así logren mejorar la calidad de vida en sus comunidades, en la búsqueda constante para convertirse en mejores ciudadanos, en mejores seres humanos, en camino a convertirse en **BUENOS VECINOS**.

Al finalizar de leer la presente obra comprenderán ¿Por qué les caen mal sus vecinos?, ¿Qué hacer para evitar convertirse en vecinos Inoportunos, Fastidiosos, Entrometidos?, ¿Por qué nuestros vecinos no piensan igual que yo? ¿Cómo logro comunicarme con mis vecinos?, ¿Cómo logro una sintonía con mis vecinos? ¿Por qué existen vecinos que nos caen mal? Todas estas dudas serán despejadas de forma sencilla y con ejemplos de la vida real.

Manuel García