

ESCUELA DE PADRES Y MADRES

LOS PADRES, PRINCIPALES EDUCADORES

Colegio MONTE GANDARA
(El Puente de Sanabria)



“Tener hijos no lo convierte a uno en padre, del mismo modo que tener un piano no lo vuelve a uno pianista”

Michael Levine, escritor.

ESCUELA DE PADRES Y MADRES

¿QUÉ ES?

Es un instrumento educativo para todos los padres y madres que quieran mejorar en la tarea de educar a sus hijos, entregándoles valores y creencias necesarios para su crecimiento como personas.

¿CUÁLES SON SUS OBJETIVOS?

- *Dotar a los padres y madres de recursos y habilidades que posibiliten un crecimiento integral de los hijos y del grupo familiar.*
- *Promover la participación consciente y activa de los miembros del grupo familiar en el proceso de enseñanza y aprendizaje desde los distintos roles.*
- *Propiciar espacios de reflexión sobre situaciones cotidianas y sobre criterios básicos de funcionamiento del grupo familiar.*
- *Detectar lo antes posible las problemáticas del grupo familiar o de alguno de sus miembros.*
- *Favorecer la comunicación en el grupo familiar y con el entorno comunitario, facilitando la creación de redes sociales.*

ESCUELA DE PADRES Y MADRES

¿QUÉ VAMOS A TRABAJAR?

1. NORMAS Y LÍMITES

- Estilos parentales educativos

2. COMO EDUCAR

- Aprender a mandar, enseñar a obedecer

3. CONSECUENCIAS POSITIVAS

- Obediencia. Positivismo

4. CONSECUENCIAS NEGATIVAS

- Desobediencia. Negativismo

5. COMPORTAMIENTOS

- Hiperactividad. Concentración.

6. PRELECTURA Y LECTURA

- Comprensión. Vocabulario

7. TECNICAS DE ESTUDIO

- Hábitos. Organización y gestión del tiempo.

LAS NORMAS Y LOS LÍMITES

¿QUE SON LAS NORMAS Y LOS LIMITES?

- ❑ “UNA NORMA ES AQUELLO QUE DELIMITA LO QUE SE PUEDE HACER Y LO QUE NO”.
- ❑ ES RESPONSABILIDAD DE LOS PADRES

¿POR QUÉ SON NECESARIAS LAS NORMAS?

- ❖ PORQUE EL NIÑO NO ESTA AUN PREPARADO PARA TOMAR DECISIONES
 - ❖ PORQUE PROPORCIONAN UN MUNDO ORDENADO
 - ❖ PORQUE LES AYUDAN A PREDECIR LO QUE VA A OCURRIR
 - ❖ PORQUE PROPORCIONAN SEGURIDAD Y CONFIANZA
 - ❖ PORQUE SON NECESARIAS PARA SOCIALIZARSE
- ❖ PROPORCIONAN AUTOCONTROL, AUTONOMIA Y RESPONSABILIDAD

NORMAS Y LÍMITES EN EL ENTORNO FAMILIAR



- Las **normas** son reglas que determinan nuestro comportamiento y nuestras relaciones sociales.



- Los **límites** marcan hasta donde deben llegar nuestros comportamientos para que no interfieran en los de los demás.

LAS NORMAS Y LOS LÍMITES

¿PORQUE ES TAN DIFICIL PONER LIMITES?

- POR MIEDO A SER AUTORITARIOS
- MIEDO A REPRODUCIR MODELOS RECIBIDOS
- MIEDO A PERDER EL AFECTO DE NUESTROS HIJOS
- DIFICULTAD EN DECIR “NO”
- NOS INVADEN SENTIMIENTOS DE CULPA
- MIEDO A FRUSTRAR AL NIÑO
- POR MANTENERSE AL MARGEN DE LA EDUCACION DE LOS HIJOS
- PORQUE EL NIÑO ES EL CENTRO DE ATENCION EN CASA
- PORQUE NO SIEMPRE TENEMOS TIEMPO
- PORQUE NO ESTAMOS SEGUROS DE LAS NORMAS

LAS NORMAS Y LOS LÍMITES

VAMOS A PRACTICAR LAS RABIETAS:

ACTOS RECURRENTES DE LOS NIÑOS PARA CONSEGUIR ALGO, COMO ZALAMERIAS, INSISTENCIA, OPORTUNISMO, ...



ES UNA FORMA DE REACCIONAR ANTE UNA NORMA. PAUTAS:

- Adelantarnos a ellas
- No ceder a su presión
- Intentar distraerles
- Retirar la atención
- No intentar razonar

LAS NORMAS Y LOS LÍMITES

CUANDO TENEMOS QUE CASTIGAR

EL CASTIGO ES NECESARIO EN ALGUNOS CASOS. DEBE SER:

- ✓ PROPORCIONADO.
- ✓ RELACIONADO CON LA CUESTION
- ✓ INMEDIATO
- ✓ REPARADOR
- ✓ NO VIOLENTO NI HUMILLANTE. EVITAR GRITOS, INSULTOS, HUMILLACIONES Y, POR SUPUESTO CASTIGOS FISICOS.
- ✓ NUNCA CONDICIONAR EL AFECTO

LAS NORMAS Y LOS LÍMITES

¿CÓMO APRENDEN LOS NIÑOS?

- ❑ A TRAVES DE LA **IMITACION** DE NUESTROS MODELOS.
- ❑ COPIANDOLOS
- ❑ EN FUNCION DE LAS CONSECUENCIAS DE SUS COMPORTAMIENTOS



LAS NORMAS Y LOS LÍMITES

¿CÓMO PONEMOS LAS NORMAS?

DEPENDEN DEL NIÑO Y DE LA FAMILIA

- ❑ ADAPTADAS AL MOMENTO EVOLUTIVO DEL NIÑO
- ❑ EN SENTIDO POSITIVO
- ❑ REALISTAS Y FACILES DE CUMPLIR
- ❑ POCAS Y CLARAS
- ❑ PREDECIBLES
- ❑ PONER LIMITES A LAS ACCIONES Y NO A LOS SENTIMIENTOS
- ❑ CUMPLIDAS CON FIRMEZA (tono voz, lenguaje corporal, seguridad, calmados y sin ansiedad)
- ❑ ESTABLES EN EL TIEMPO (no ceder ni cambiar de estrategia...)

LAS NORMAS Y LOS LÍMITES

¿CÓMO PONEMOS LAS NORMAS?

- QUE TENGA CONSECUENCIAS SU CUMPLIMIENTO (refuerzo positivo y negativo).
- COMPARTIDAS Y CONSENSUADAS CON LA PAREJA (coherencia)
- EQUILIBRAR LAS NECESIDADES DEL NIÑO CON LAS DEL ADULTO
- EVITANDO ETIQUETAS
- NO TENER MIEDO AL “NO”
- NUNCA CONDICIONAR EL AFECTO

LAS NORMAS Y LOS LÍMITES

IDEAS FRECUENTES ERRONEAS

- ❑ INTENTAR SER AMIGOS EN VEZ DE PADRES.
- ❑ INTENTAR COMPENSAR CON COSAS MATERIALES
- ❑ HACER QUE EL MUNDO GIRE EN TORNO SUYO
- ❑ CEDER PARA EVITAR MALES MAYORES Y CREER QUE “ESTO PASARA CON EL TIEMPO”
- ❑ CREER QUE CUALQUIER SITUACION SE ARREGLA CON EL DIALOGO
- ❑ SACRIFICAR CONSTANTEMENTE A OTROS HERMANOS O MIEMBROS DE LA FAMILIA
- ❑ CERRAR LOS OJOS, NEGAR LO EVIDENTE, ECHAR LA CULPA AL OTRO

ESTILOS PARENTALES

LA UTILIZACIÓN QUE HAGAMOS DE LAS CIRCUNSTANCIAS DEL ENTORNO FAMILIAR (TIEMPO, AUTORIDAD,...) DARÁ LUGAR A DIFERENTES ESTILOS EDUCATIVOS.

EXISTEN MUCHOS ESTILOS O PRÁCTICAS EDUCATIVAS. PODEMOS DESCRIBIR MÁS MODELOS CUANTOS MÁS FACTORES TENGAMOS EN CUENTA (AFECTO, AUTORIDAD, DISTRIBUCIÓN DE ROLES, ACTITUD ANSIOSA, DEDICACIÓN,...).

NOS FIJAREMOS SOLO EN CUATRO MODELOS; TENEMOS QUE TENER EN CUENTA QUE NO SIEMPRE APARECERÁN EN LA REALIDAD TAL Y COMO LOS DESCRIBIMOS..



ESTILO EDUCATIVO AUTORITARIO

- Padres que imponen sus normas sin lugar a la discusión.
- Castigan las conductas inadecuadas para así prevenir problemas futuros, muchas veces sin dar una explicación del motivo del mismo.
- Los padres creen que a los niños no se les han de dar demasiadas explicaciones, el castigo por sí mismo es suficiente para disuadir la conducta del niño.
- Exigentes en cuanto a la madurez de sus hijos.
- No suelen comunicarse adecuadamente con sus hijos puesto que consideran que el diálogo es superfluo.
- Lo que importa para los padres es la obediencia.
- La expresión de afecto es baja. No suelen expresar abiertamente afecto a sus hijos.
- No tiene en cuenta los intereses y necesidades de los niños

LOS HIJOS DE PADRES AUTORITARIOS:

- ✓ Son obedientes y sumisos cuando el control es externos (proveniente de los padres) pero en ausencia de estos son mucho más irresponsables y se muestran agresivos.
- ✓ Tendencia a sentirse culpables y deprimidos.
- ✓ Son niños con baja autoestima, y escaso control
- ✓ Pocas habilidades sociales

EL ESTILO EDUCATIVO PERMISIVO

- Altos grados de afecto y comunicación pero unido a una ausencia control y exigencias de madurez.
- Son los intereses y deseos del niño los que los que dirigen la interacción entre el adulto y el niño.
- Los padres tratan de adaptarse a las necesidades del niño interviniendo lo menos posible para que el niño acepte el esfuerzo y las exigencias.
- Exigen poco a sus hijos tanto en el cumplimiento de normas como en madurez
- Consideran que no han de usarse ni premios ni castigos en la educación.
- Los niños han aprender en la vida lo que está bien y lo que está mal.
- Los niños han de aprender por sí mismos,
- Son padres afectuosos, pero no limitan.

LOS HIJOS DE PADRES PERMISIVOS:

- A primera vista son entusiastas y vivaces pero son más inmaduros e incapaces de controlar sus impulsos.
- Carecen de autocontrol y son poco persistentes en las tareas

EL ESTILO EDUCATIVO DEMOCRÁTICO

- Niveles altos de afecto, de exigencias y de control. Son padres muy cálidos pero al mismo tiempo exigentes y firmes
- Estimulan la madurez de sus hijos , les ponen límites y hacen respetar las normas.
- Comprensivos, afectuosos y fomentan la comunicación.
- Sensibles a las necesidades de sus hijos, estimulan la expresión de sus necesidades y les dejan un espacio para que empiecen a ser responsables y autónomos.
- La relación entre padres e hijos se caracteriza por el diálogo, el consenso como forma para que los niños comprendan las situaciones
- Sensibles a las posibilidades de cada niño , sus normas son coherentes pero no rígidas.
- Prefieren el razonamiento y la explicación más que la imposición.
- Estimulan que el niño se esfuerce en conseguir una meta pero conocen el ámbito de las posibilidades de sus hijos.
- No les presionan con aquello para lo que no están aún preparados.
- Fomentan la iniciativa de sus hijos asumiendo que van a cometer errores dada su inexperiencia.

LOS HIJOS DE PADRES DEMOCRÁTICOS:

- Están más felices consigo mismos y eran generosos con los demás.
- Más competentes socialmente, mayor autoestima, autonomía y responsabilidad, mayor autorregulación y desarrollo moral.
- Son persistentes en las tareas que emprenden y tienen un buen autocontrol.
- Competentes socialmente.

¿ ES NECESARIO QUE NUESTROS HIJOS TENGAN NORMAS Y LÍMITES

SI

¿Por qué establecer normas y límites?

- Por motivos de salud.
- Porque le ayuda a sentirse seguro.
- Para vivir en armonía con los demás.
- Porque les ayuda a "portarse bien", a ser "mejores personas" y, por lo tanto, a tener un buen concepto de sí mismos.
- Porque aprenden a tolerar un NO, si no corren el riesgo de ser adultos con escasa tolerancia a la frustración.
- Porque ayudan a crecer a un NIÑO SEGURO, RESPONSABLE Y AUTÓNOMO.

¿QUIÉNES SON MÁS FELICES? ¿ LOS NIÑOS QUE CRECEN EN UN AMBIENTE CON NORMAS CLARAS O LOS NIÑOS QUE NO LAS TIENEN?

- A UN NIÑO AL QUE SE LE PERMITE SALIRSE CON LA SUYA, NO ES MÁS FELIZ, AL CONTRARIO, CUANTO MÁS CEDEN SUS PADRES, MÁS PUEDEN CHILLAR, GRITAR, SER MÁS TIRANOS.... PARA SALIRSE CON LA SUYA.
- LOS NIÑOS SIN NORMAS NO SON MÁS FELICES, POR EL CONTRARIO SON NIÑOS INSEGUROS, DEPENDIENTES, CAPRICHOSOS, EGOÍSTAS, INCAPACES DE ACEPTAR UN NO O DE TOLERAR UNA FRUSTRACIÓN
- SON NIÑOS QUE SE SIENTEN MÁS TIEMPO ENFADADOS PARA CONSEGUIR LO QUE QUIEREN.
- LOS NIÑOS SIN NORMAS SON NIÑOS INSEGUROS, CAPRICHOSOS, EGOÍSTAS, INCAPACES DE ACEPTAR UN NO O DE TOLERAR UNA FRUSTRACIÓN.

REGLAS PARA PONER NORMAS

1 - LAS NORMAS DEBEN SER RAZONABLES.

■ POR RAZONABLES SE ENTIENDE:

- QUE SE ADAPTARÁN A LA EDAD Y MADUREZ DEL NIÑO.
- QUE SE LE DÉ TIEMPO SUFICIENTE PARA CUMPLIRLAS.

2.- LAS NORMAS HAN DE SER COHERENTES Y CONSISTENTES.

- COHERENCIA ENTRE LOS PADRES, ES FUNDAMENTAL LA UNIFICACIÓN DE CRITERIOS ENTRE LOS PADRES, DEBEN RECIBIR EL MISMO MENSAJE DE PAPÁ Y DE MAMÁ (SI SE ESTÁ EN DESACUERDO NUNCA HAY QUE DECIRLO DELANTE DEL NIÑO/A)
- SI PASAN “MUCHO TIEMPO” CON LOS ABUELOS, ÉSTOS TAMBIÉN DEBEN RESPETAR Y APLICAR LAS MISMAS NORMAS.
- CONSISTENCIA, ES DECIR, DEBEN APLICARSE SIEMPRE, AUNQUE SIN EXCESIVA RIGIDEZ (EJ: ACOSTARSE MÁS TARDE LOS FINES DE SEMANA)

REGLAS PARA PONER NORMAS

3.- DESCRIBIR LAS NORMAS CON DETALLE.

NO VALE DECIR:

- “TIENES QUE SER BUENO”
- “TIENES QUE PORTARTE BIEN”
- “TIENES QUE SER RESPONSABLE”

SÍ VALE DECIR:

- “NO HAY QUE PEGAR A LOS NIÑOS”
- “COMER SENTADO EN LA SILLA”
- “RECOGER LOS JUGUETES DESPUÉS DE JUGAR”,
- “ACOSTARSE A LAS 9:30 H”

4.- LAS NORMAS DEBEN FIJARSE A UN TIEMPO CONCRETO.

LAS NORMAS QUE NO SE LIMITAN EN EL TIEMPO, NO HACEN MÁS QUE PRODUCIR DISCUSIONES SOBRE CUÁNDO HA DE CUMPLIRSE.

- ❖ “AL VOLVER DEL PARQUE, TE BAÑAS”
- ❖ “A LAS 16:30H, HACES LOS DEBERES”
- ❖ “DESPUÉS DE PONERTE EL PIJAMA, LLEVAS LA ROPA SUCIA AL CESTO”
- ❖ “ PUEDES VER LA TELE HASTA QUE ACABE EL CAPÍTULO DE BOB ESPONJA, HASTA LAS 19:30....”

REGLAS PARA PONER NORMAS

6.- LAS ÓRDENES DEBEN DARSE CON SEGURIDAD Y CONTUNDENCIA:

- ❑ CON TONO FIRME, PERO NO AGRESIVO
- ❑ EN VOZ BAJA
- ❑ CON PROXIMIDAD FÍSICA
- ❑ PROCURANDO ESTABLECER CONTACTO OCULAR (NOS PONDREMOS A SU ALTURA)
- ❑ ASUMIENDO EL PROTAGONISMO DE LA CONSECUENCIA. NO HAY QUE DELEGAR EN OTROS, NO HAY QUE DECIR “YA VERÁS CUANDO VENGA TU PADRE”, “SE LO VOY A DECIR A LA PROFESORA”

7.- DEBEN EXISTIR CONSECUENCIAS POSITIVAS

CUANDO SE CUMPLAN LAS NORMAS: PREMIOS, RECOMPENSAS Y REFUERZOS.

8.- DEBEN EXISTIR CONSECUENCIAS NEGATIVAS CUANDO SE INCUMPLAN LAS NORMAS: RETIRADA DE PRIVILEGIOS Y CASTIGO.

CÓMO MODIFICAR EL COMPORTAMIENTO DESAJUSTADO

REGISTROS DE CONDUCTA

NORMA DE CONDUCTA



MAL



BIEN

1. **SELECCIONAR** las conductas a corregir. Nos centraremos en una o dos.
2. Una vez establecidas las normas, éstas **SE COMUNICAN** a los hijos.
3. Las normas se deben reflejar por **ESCRITO**.
4. Conviene hacer un **CONTRATO**. Se lleva a cabo una reunión en la que participa toda la familia. Se explica, se habla de la norma, de los premios y de los castigos y se firma por los padres y por el hijo/a.
5. **SE PONE EN UN LUGAR VISIBLE**. Y a partir de ese momento los padres no les recordarán a sus hijos las normas, no andarán repitiendo ni persiguiendo a sus hijos.
6. Realizar un **REGISTRO** del cumplimiento/incumplimiento de las normas.

CÓMO MODIFICAR EL COMPORTAMIENTO DESAJUSTADO

- LAS REGLAS ESTABLECIDAS, **DEBEN ENTRAR EN VIGOR AL DÍA SIGUIENTE** DE HABÉRSELAS COMUNICADO A LOS HIJOS. NO DEBE TRANSCURRIR MUCHO TIEMPO DESDE QUE SE COMUNICAN LAS NORMAS HASTA QUE COMIENZAN A HACERSE EFECTIVAS.
- AL PRINCIPIO, LOS HIJOS/AS **SUELEN RESISTIRSE** A LAS NORMAS ESTABLECIDAS.
- LAS FORMAS DE RESISTIRSE A LAS NORMAS PUEDEN SER VARIADAS: DESOBEDIENCIA, LLORAR, ACUSAR A SUS PADRES DE SER MEZQUINOS, AMENAZAR (CON DESOBEDECER, CON IRSE DE CASA...). ESTA RESISTENCIA ES UN NUEVO INTENTO DE CONTROLAR A LOS PADRES, PARA QUE LOS PADRES ABANDONEN.
- CUANDO PONEMOS UNA NORMA NUEVA SOBRE UNA CONDUCTA INADECUADA QUE QUEREMOS MODIFICAR, Y SE ESTABLECE UNA CONSECUENCIA POSTERIOR (UN PREMIO O CASTIGO) ESA NORMA SE MANTIENE HASTA QUE SE CONSIGUE MODIFICAR LA CONDUCTA A CORREGIR.

COMO ESTUDIAR EN CASA....

1. ATENDER LAS EXPLICACIONES. TOMAR BUENOS APUNTES.
2. EL LUGAR DE ESTUDIO
3. TÉCNICAS DE ESTUDIO: REPASO, LECTURAS RAPIDAS
4. ESTABLECER UNOS HORARIOS DE ESTUDIO Y CUMPLIRLOS
5. DEJAR LO MÁS FÁCIL PARA EL PRINCIPIO
6. PLANIFICAR LOS TRABAJOS Y NO DEJARLOS PARA EL FINAL
7. TOMA CONCIENCIA DE LO QUE TE HACE PERDER EL TIEMPO Y EVÍTALO
8. FÍJATE OBJETIVOS ALCANZABLES Y QUE TE MOTIVEN
9. NO ESTUDIAR CON MÚSICA
10. LEERSE EL TEMA QUE EL PROFESOR EXPLICARÁ AL DÍA SIGUIENTE
11. SI EN CLASE TE DISTRAES FACILMENTE Y NO PRESTAS ATENCIÓN, TOMA APUNTES

PAUTAS PARA EL REFUERZO:

1. DAR REFUERZO SOLO TRAS LAS CONDUCTAS ADECUADAS
2. ALABAR INMEDIATAMENTE
3. DAR UN REFUERZO ESPECIFICO
4. PROPORCIONAR REFUERZO POSITIVO, SIN JUICIOS NI SARCASMOS.
5. REFORZAR CON SONRISAS, CONTACTO VISUAL Y ENTUSIASMO, ASI COMO CON PALABRAS
6. ACARICIAR, ABRAZAR Y BESAR JUNTO CON EL REFUERZO VERBAL
7. NO AHORRAR LOS ALAGOS PARA LOS COMPORTAMIENTOS PERFECTOS
8. REFORZARLE DELANTE DE OTRAS PERSONAS
9. AUMENTAR EL REFUERZO CON NIÑOS DIFICILES

ALGUNAS PERSONAS DAN REFUERZO Y LUEGO, SIN DARSE CUENTA DE ELLO, RESTAN EL EFECTO SIENDO SARCASTICOS O COMBINANDOLO CON UN COMENTARIO HIRIENTE. ES UNA DE LAS COSAS MAS PERJUDICIALES QUE PUEDE HACER UN PADRE O MADRE

SISTEMAS DE REFUERZO:

LOS SISTEMAS DE REFUERZO SERAN EFECTIVOS SOLO SI LOS PADRES

- *DEFINEN EL COMPORTAMIENTO DESEADO CLARAMENTE*
- *ELIGEN RECOMPENSAS EFECTIVAS (ES DECIR, RECOMPENSAS QUE EL NIÑO ENCUENTRE SUFICIENTEMENTE REFORZADAS).*
- *PONER LIMITES CONSISTENTES RESPECTO A QUE CONDUCTAS RECIBIRA REFUERZO.*
- *SI LOS PADRES VAN PASO A PASO, LOS RESULTADOS SON MEJORES*
- *DAN EL REFUERZO INMEDIATAMENTE*
- *EVITAN MEZCLAR EL REFUERZO CON EL CASTIGO*
- *REEMPLAZAR PROGRESIVAMENTE EL REFUERZO CON LA APROBACION SOCIAL.*

LAS INVESTIGACIONES INDICAN QUE EN LAS FAMILIAS QUE NO COMUNICAN CLARAMENTE LAS NORMAS ES MAS PROBABLE QUE LOS NIÑOS SEAN DESOBEDIENTES. EN LOS NIÑOS CON TRASTORNOS DE CONDUCTA, OBSERVAMOS QUE OBEDECEN A LAS PETICIONES DE LOS PADRES DOS DE CADA TRES VECES.

COMO ENSEÑAR A LOS PADRES A USAR HABILIDADES DE “TIEMPO FUERA”:

CUANDO LOS NIÑOS SON AGRESIVOS Y DESOBEDIENTES, MUCHOS PADRES INTENTAN DARLES UNOS AZOTES, SERMONEARLES, CRITICARLES Y EXPRESARLES DESAPROBACION. ESTOS METODOS DE DISCIPLINA SON POCO EFECTIVOS.

RECOMENDAMOS EL “TIEMPO FUERA”. ES UNA FORMA EXTREMA DE IGNORAR. SE SEPARA A LOS NIÑOS DURANTE UN BREVE PERIODO DE TIEMPO, DE TODAS LAS FUENTES DE REFORZAMIENTO POSITIVO, ESPECIALMENTE LA ATENCION DEL ADULTO. SI LOS PADRES SIGUEN LA LEY DEL MINIMO ESFUERZO, SI CEDEN SOLO UNA VEZ, SE ENCONTRARAN EN UNA SITUACION PEOR QUE CUANDO EMPEZARON.

REQUISITOS PARA EL “TIEMPO FUERA”:

- 1. NO AMENAZAR CON EL TIEMPO FUERA A MENOS QUE ESTEN PREPARADOS PARA SEGUIRLAS HASTA EL FINAL*
- 2. HACER PERIODOS DE TIEMPO FUERA DE 3 A 5 MINUTOS CON REPETICIONES SI EL NIÑO REHUSA OBEDECER UNA ORDEN RAZONABLE.*
- 3. IGNORAR AL NIÑO MIENTRAS ESTA EN TIEMPO FUERA*
- 4. APOYAR A LA PAREJA CUANSO USA EL TIEMPO FUERA*
- 5. LIMITAR CON CUIDADO EL NUMERO DE CONDUCTAS EN LAS QUE USA EL TIEMPO FUERA.*

LOS PADRES, PRINCIPALES EDUCADORES

LOS PADRES EFECTIVOS ENSEÑAN CON SU EJEMPLO:

1. Los padres son modelo para los hijos, influyen en su desarrollo como seres humanos.
2. Enseñar con el ejemplo va más allá de tratar bien a nuestros hijos; nuestro comportamiento se ve reflejado también en nuestro trato con el cónyuge, demás familiares y personas alrededor.

LOS PADRES EFECTIVOS ENSEÑAN DIRECTAMENTE POR MEDIO DE LA EXPLICACIÓN:

1. Enseñar directamente y no con rodeos es muy importante: implica explicar por qué algunas cosas están bien y otras mal.
2. Ser consistentes y claros cuando nuestros hijos han obrado mal; esto requiere tiempo y esfuerzo.
3. Olvidarse de sí mismos.

LA AYUDA A LOS HIJOS EN LOS ESTUDIOS

MEJORAR EL RENDIMIENTO ESCOLAR. EL PROBLEMA DEL FRACASO ESCOLAR.

- ORGANIZACIÓN DEL ESTUDIO: EL HÁBITO.
- DE LA MOTIVACIÓN A LA AUTOMOTIVACIÓN.
- EL PROBLEMA DE LAS CALIFICACIONES BAJAS.
- LA CONCENTRACIÓN Y LAS TÉCNICAS DE ESTUDIO.
- ALGUNOS PROBLEMAS DE APRENDIZAJE Y DE COMPORTAMIENTO.
- ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES

LA AYUDA A LOS HIJOS EN LOS ESTUDIOS

LA ORGANIZACIÓN Y EL HÁBITO DEL ESTUDIO.

ORGANIZACIÓN DEL ESTUDIO: EL HÁBITO. LA ORGANIZACIÓN ES UNO DE LOS ELEMENTOS MÁS IMPORTANTES EN EL ESTUDIO, COMO PARA LOS DEMÁS ASPECTOS DE NUESTRA VIDA, PERO PARA CONSEGUIR QUE ESTE HÁBITO SE CONSOLIDE, LO PRINCIPAL ES RESPETAR LOS RITMOS CIRCADIANOS.

Lo primero que hay que hacer para respetar los ritmos circadianos es prestar atención a las horas de luz y de oscuridad, o lo que es lo mismo: el día y la noche.

LA AYUDA A LOS HIJOS EN LOS ESTUDIOS

MOTIVAR A LOS HIJOS.

DE LA MOTIVACIÓN A LA AUTOMOTIVACIÓN

UN TRABAJO EN EQUIPO ENTRE:

- **LOS PADRES Y LOS HIJOS.**
- **LOS PADRES Y LOS PROFESORES.**
- **LOS PROFESORES Y LOS NIÑOS COMO ESTUDIANTES.**

SI SE HACE, SE PUEDE CONSEGUIR COMO RESULTADO UNOS HIJOS MOTIVADOS, EFICIENTES Y RESPONSABLES.

LA AYUDA A LOS HIJOS EN LOS ESTUDIOS

MOTIVAR A LOS HIJOS. FALTAS....

- FALTA DE INTERÉS POR ALGUNAS ASIGNATURAS (LO QUE INFLUYE MUCHO EN LA FALTA DE VOLUNTAD Y ESFUERZO).
- FALTA UN AMBIENTE ADECUADO DE ESTUDIO EN CASA, LO QUE REPERCUTE NEGATIVAMENTE EN LA MOTIVACIÓN.
- FALTA DE ORGANIZACIÓN EN EL ESTUDIO (FALTA DE PLANIFICACIÓN Y DE HORARIO DE ESTUDIO);
- NO SABER ESTUDIAR (DESCONOCIMIENTO DE LAS TÉCNICAS BÁSICAS DE ESTUDIO: ESQUEMAS, SUBRAYADO, ETC.).



LA AYUDA A LOS HIJOS EN LOS ESTUDIOS

MOTIVAR A LOS HIJOS. RECUERDEN....

- ✓ Identifique los comportamientos positivos y los esfuerzos que hace su hijo.
- ✓ Reconozca los hechos concretos que realiza y no se pierda en generalidades.
- ✓ Dígaselo con palabras cuantas veces sea necesario. No se guarde los elogios a sus hijos pensando que el hacer las cosas bien es su deber.

A todos nos gusta que nos reconozcan lo que hacemos.

Para fomentar la autoestima:

- Comunique a su hijo/a que disfruta de su compañía.
- Evite las comparaciones entre hermanos.
- Ante sus errores: ayúdele y anímele con mensajes gratificantes.
- Y nunca le ridiculice, trátele como una persona.
- Y siempre hágalo desde la sinceridad, la aceptación, el respeto y el cariño desinteresado.

LA AYUDA A LOS HIJOS EN LOS ESTUDIOS

LA IMPORTANCIA ADECUADA DE LAS CALIFICACIONES.

Eviten, en la medida que puedan, los comentarios constantes sobre el bajo rendimiento de su hijo. Puede generar un sentimiento de fracaso y baja autoestima, y posible abandono.

- Como siempre sean prudentes y responsables. Nada fácil, es cierto.
- Pero ustedes disponen de recursos personales suficientes, déjenlos aflorar, quizás se sorprendan de ustedes mismos.

Es importante distinguir entre el comportamiento de su hijo ente los estudios y sus calificaciones.

- Pues es posible que aunque éstas sean bajas, esté realizando progresos.
- Los padres deben intentar, en la medida de sus posibilidades, ayudar a sus hijos a obtener buenas calificaciones.
- A medida que aprenda estrategias para mejorarlas y lo vaya consiguiendo irá desapareciendo la angustia y ansiedad que genera este tipo de conflicto escolar.

LA AYUDA A LOS HIJOS EN LOS ESTUDIOS

LA CONCENTRACIÓN Y LAS TÉCNICAS DE ESTUDIO.

- Facilita un estudio más activo (tomar notas, expresar lo fundamental por escrito, sintetizar...).
- Desarrolla la capacidad de comprensión (exige una lectura más pausada para descubrir elementos esenciales).
- Desarrolla la memoria lógica (ejercita la capacidad de relacionar los contenidos del texto por orden de prioridades).
- Facilita la fijación, la retención y la evocación del contenido (ahorra tiempo para memorizar y repasar y favorece la claridad de la mente habituándola a “separar el trigo de la paja: ir al grano”).

“DECÁLOGO DEL BUEN ESTUDIANTE”.

- I. Procura encontrarte en buenas condiciones físicas y psíquicas.
- II. Procura estudiar siempre a la misma hora. Generalmente las horas de mayor rendimiento son de 6 a 9 de la tarde. Si puedes estudiar por las mañanas hazlo entre las 10 y 13 horas.
- III. Utiliza para estudiar los cinco días de la semana de manera regular. Los viernes te costará, pero piensa que te librarás del trabajo durante el fin de semana.
- IV. Dedicar al estudio entre una hora y media y dos diariamente. Si durante el fin de semana quieres seguir puedes hacerlo siempre combinando bien el trabajo: ligero-duro-ligero, con el descanso.
- V. Para los primeros cursos de secundaria, diez o doce horas de estudio semanal, son suficientes. Pero siempre habrá que tener en cuenta la propia personalidad. A medida que avances en los cursos tendrás que ir aumentando las horas de estudio.
- VI. Antes de empezar a estudiar prepara todo el material que necesites: libros, libretas, apuntes, papel, bolígrafo, lápiz, diccionario, goma, regla, lápices de colores, etc.
- VII. Cuando te pongas a estudiar decide la hora de acabar o el trabajo a realizar y cumple lo que te has propuesto.
- VIII. Empieza por una asignatura o trabajo que te sea fácil o que te guste. Cuando ya estés concentrado/a, puedes dedicarte a alguna materia más difícil. Para acabar guarda algún trabajo de poco esfuerzo.
- IX. Estudiar es un hábito y hasta que no lo tengas bien asimilado no debes hacer excepciones. Llegará un momento que te será tan familiar como las horas de las comidas.
- X. Estudia poco cada día en lugar de estudiar mucho en pocos días.

ACTITUD DE LOS PADRES HACIA LA ESCUELA

1. COLABORACIÓN CON LA ESCUELA.
2. RELACIONES CON EL PROFESOR Y TUTOR DEL HIJO.
3. SOLUCIÓN A LA PROBLEMÁTICA ENTRE EL HIJO Y LA ESCUELA.
4. OTRAS RELACIONES CON LA ESCUELA.
5. COLABORACIÓN CON EL HIJO.
6. ORIENTACIÓN ESCOLAR Y EXPECTATIVAS PROFESIONALES.
7. DESCUBRIR LA VOCACIÓN PARA ELEGIR ESTUDIOS SUPERIORES.

¡MUCHAS GRACIAS POR ASISTIR!

