

LA PRÁCTICA DE EDUCAR

2



ZARAUZKO UDALA
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN






INTRODUCCIÓN:

Os presentamos la 2ª guía de “La práctica de educar”. Nuestra intención es ir ofreciendo en estas guías una serie de pautas para ayudar en su tarea educativa a los padres y a las madres. No se trata de recetas, porque no existen. Cada familia es diferente y cada niño y cada niña también lo son. Pero sí podemos tener en cuenta unas pautas generales, que las familias pueden adaptar a su propia realidad. Contamos para ello con la ayuda de una experta en educación.

Desde el Departamento de Educación queremos agradecer a los centros de enseñanza de Zarautz su colaboración en este proyecto y aprovechar estas líneas para reconocer su labor educadora.

Gloria Vázquez Herranz
Concejala de Educación

Textos: Marielo Espina Eizagirre. Psicopedagoga

Diseño, maquetación e ilustraciones:  Karazi

Edita:  ZARAUZKO UDALA DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN

Papel reciclado

LA PRÁCTICA DE EDUCAR

Hay situaciones cotidianas que generan mucha tensión en la familia. Por ejemplo es muy frecuente que ante un comportamiento inapropiado del niño o de la niña ocurra lo siguiente:

- ▶ Al principio hacemos como que no nos enteramos.
- ▶ La niña o el niño aumenta la conducta inapropiada y el ruido.
- ▶ Nos vamos cargando de emociones a veces contrapuestas, ira, tristeza pero esperamos un poco más.
- ▶ Empieza un diálogo interno: "todos los días lo mismo", "la culpa la tiene...", "nunca tengo tiempo para mí".
- ▶ De pronto explotamos: "¡Ya está bien! ¡Ahora verás! ¡Qué egoista eres!..."

- ▶ El/la niño/a se sorprende y se asusta (aunque no lo parezca). Quizás lllore, se ría o aumente la conducta. Siempre será manifestación de su nerviosismo o miedo.
- ▶ Recuperamos el control después del arrebato y...

Nos lamentamos:

"es que me haces ponerme..."

Sermoneamos:

"acaso no sabes ya que..."

Explicamos lo inexplicable:

NOS SENTIMOS FATAL. ENTONCES...

Atribuimos al niño o a la niña nuestro descontrol.
Esperamos algo que no le hemos enseñado.
Nuestra autoestima baja en picado...



PERO PODEMOS HACERLO MUCHO MEJOR

PASOS PARA EDUCAR A LOS HIJOS O LAS HIJAS CON SERENIDAD Y EFICACIA:

- ▶ Estudiar las necesidades y la situación de la familia.
- ▶ Fijar dos o tres normas así como las consecuencias si se incumplen.
- ▶ Explicárselas con claridad por escrito o utilizando dibujos.
- ▶ Prevenir despistes y olvidos anticipándonos a la acción y recordándoles la norma.
- ▶ Revisar las normas cada cierto tiempo para actualizarlas o cambiarlas.

ANTE EL INCUMPLIMIENTO O LA INFRACCIÓN PODEMOS ACTUAR ASÍ:

- ▶ Describir el comportamiento inadecuado en lenguaje no valorativo sin censura ni reproche.
- ▶ Dar una razón para cambiar esa conducta.
- ▶ Reconocer los sentimientos propios y los suyos (del niño o la niña).
- ▶ Aplicar la consecuencia natural ya determinada anteriormente.
- ▶ Brindar una nueva oportunidad.

Es importante corregir en el momento, con calma y de manera impersonal.

Un ejemplo:

Norma: A las 20:30 los juegos terminan y se recoge

Consecuencia: Si hay retrasos se recortará el tiempo de cuento antes de acostarse.

- ▶ Se avisará y/o ayudará a recoger 10 minutos antes
- ▶ Y si alguien incumple se le dirá:

"Las cosas están sin recoger"

"Eso va a hacer que todo se retrase"

"Me sabe mal y entiendo que a ti te apetezca más seguir jugando"

"Pero temo que hoy no podrás disponer del rato de cuento"

"Probaremos de nuevo mañana y seguro que nos irá mejor"

DESARROLLAR LA AUTOESTIMA

Los padres y las madres tenemos que atendernos y cuidarnos, reconocer nuestra necesidad de tiempo y espacio propios, para poder atender y cuidar a nuestros hijos e hijas.

ELLOS Y ELLAS NECESITAN APRENDER A:

- ▶ Pensar antes de actuar.
- ▶ Tolerar las frustraciones diarias.
- ▶ Valorar cuanto reciben.

PARA PODER AYUDARLES A DESARROLLAR SUS DONES DEBEMOS:

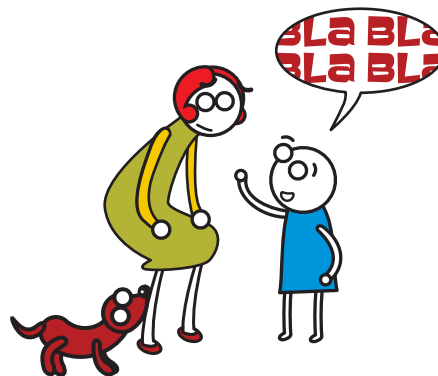
- ▶ Conocerles a fondo.
- ▶ Aceptar sus debilidades.
- ▶ Agradecer sus fortalezas.

Y CON UNA VISIÓN REALISTA:

- ▶ Elogiar sus esfuerzos.
- ▶ Animarles y motivarles.

E indicarles qué nos agrada de lo que hacen y qué no, para que puedan cambiarlo.

**"SI LES HABLO DE MÍ, ME CONOCERÁN
SI LES ESCUCHO, PODRÉ CONOCERLES"**



APRENDER DE LOS ERRORES

DE NUESTROS ERRORES TAMBIÉN OBTENEMOS BUENOS APRENDIZAJES PORQUE:

- ▶ Comprobamos que es necesaria la constancia al aplicar la norma establecida sin ablandarnos después y ceder.
- ▶ Si reaccionamos “en caliente” podemos ser muy ofensivos/as y nuestros hijos e hijas necesitan que les enseñemos pero siendo educativos y no vengativos.
- ▶ Cuando se les marca una tarea se les permite afrontar un reto y si valoramos su esfuerzo aunque lo hayan conseguido a medias, lo volverán a intentar y colaborarán con nosotros encantados/as.
- ▶ Reconocer nuestro cansancio, descontento, estrés y expresarlo con sencillez siempre promueve más solidaridad y ternura en los niños y niñas que nuestro afán de “poder con todo siempre” y a cualquier precio.... Y el precio suelen pagarlo ellos/ellas.

Y TODO LO QUE NOSOTROS/AS APRENDEMOS MIENTRAS CRIAMOS Y EDUCAMOS A NUESTROS HIJOS E HIJAS ELLOS/ELLAS LO RECIBEN CON AGRADECIMIENTO PORQUE LES DAMOS LA SEGURIDAD DE ESTAR EN BUENAS MANOS.

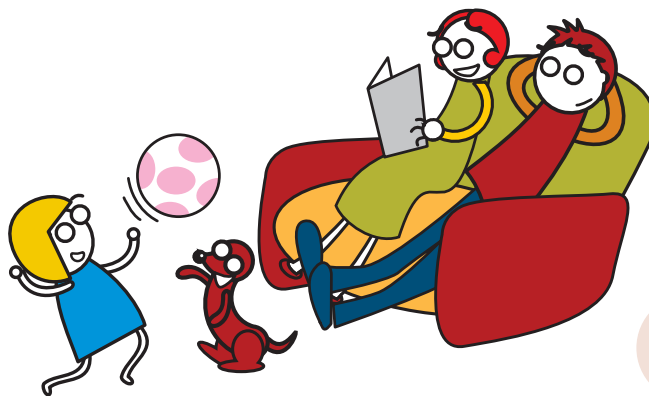
Y ES CIERTO

¿Y NUESTROS DESEOS Y NECESIDADES?

A VECES NO EXPRESAMOS NUESTRO MALESTAR.

- ▶ Podríamos decir:..."Estoy preocupado/a por...me gustaría poder... ahora... pero no me siento con fuerzas. Voy a relajarme 10 minutos y después podremos...".
- ▶ O peor..., que cuando hacen algo agradable, lo fastidiamos con frases del tipo: "Ay, si te portaras siempre así...!" que duelen muchísimo (aunque los niños y las niñas por pudor no lo digan).
- ▶ Pero no lo decimos y eso hace que: Estemos "ausentes" cuando estamos con ellos/ellas (y lo notan!) y esperemos que comprendan lo que no nos explicamos ni nosotros/as mismos/as.

Por eso, vale más atenderse a sí mismo/a en primer lugar, escuchar esa voz interior que nos dice lo que necesitamos y amarnos por encima de todo, ya que sólo puede amar y enseñar a amar quien se ama profundamente como persona adulta madura y responsable.



DARSE GUSTOS ES SER GENEROSO Y NO EGOÍSTA. DE NADA
SIRVE REGALAR A LOS DEMÁS Y PRIVARSE UNO/A MISMO/A,
PORQUE ESO SOLO ACUMULA RENCOR Y SENTIMIENTOS DE
POCA VALÍA PERSONAL.

