

PADRES PREPARADOS; PAUTAS Y ESTILOS EDUCATIVOS

Pilar Rodríguez Pajuelo

“Educar es todo aquello que hacemos cuando no estamos educando”.



Ser padres puede ser la aventura más enriquecedora si se sabe disfrutar cada detalle y se lleva como equipaje ilusión, cariño y detalles. Para esa aventura, el mejor billete es una positiva actitud.

LA AVENTURA DE SER PADRES

- Destino: Autonomía de los hijos/as (que los hijos/as sean lo más autónomos posible).
- Brújula: Valores como persona
- Equipaje: Ilusión, amor, ganas de aprender.

¿QUÉ ES LA AUTONOMÍA?

Es la capacidad para darse reglas a uno mismo tomar decisiones sin intervención o influencia externa. Enseñar es la labor que consiste en transmitir conocimientos, la educación es similar a la instrucción. Por su parte, educar es una labor más profunda que incluso abarca a la anterior, se trata de transmitir, inculcar valores. La autonomía puede ser EMOCIONAL, CONDUCTUAL o de VALORES. Los tres tipos configuran lo que se conoce como INTELIGENCIA EMOCIONAL.

La **AUTONOMÍA EMOCIONAL** es la capacidad de sentir, pensar y tomar decisiones por sí mismo. Capacidad de asumir consecuencias derivadas de decisiones, actos, etc. Los elementos que la componen son:

- Autoestima
- Automotivación

PADRES PREPARADOS: PAUTAS Y ESTILOS EDUCATIVOS

- Autoeficacia personal
- Responsabilidad
- Actitud positiva
- Análisis crítico de las normas sociales
- Resiliencia; éxito en situaciones adversas.

La **AUTONOMÍA CONDUCTUAL** es la capacidad de tomar decisiones independientes y sostenerlas. La **AUTONOMÍA EN VALORES** es el conjunto de principios acerca del bien y del mal, de lo que es importante y de lo que no es.

La **INTELIGENCIA EMOCIONAL** es la habilidad para observar las emociones, tanto nuestras como de los demás, con el fin de usar esa información en la resolución de conflictos.

¿CÓMO EDUCAR EL AUTOESTIMA?

- Acepta a tu hijo/a tal y como es, debe sentirse valorado/a.
- Refuerza sus logros y anímale a seguir desarrollando ideas.
- Dale seguridad, debe sentir que cuenta con tu apoyo.
- Dale cariño para que se sienta querido/a.
- Dale oportunidades para que se desarrolle.
- Anímale a tomar sus decisiones.
- Potencia su creatividad, que explore y arriesgue.
- Permite que cometa errores y que aprenda de ellos.
- Diferencia a tu hijo/a de su comportamiento.
- Evita comparaciones y adjetivos descalificativos hacia su persona.
- Escúchale.
- Potencia su autonomía personal, que se responsabilice en la medida de sus posibilidades.
- Ayúdale a construir una imagen clara de sí mismo/a y aceptarse como es.

AUTOESTIMA EN NIÑOS/AS

Características autoestima positiva	Características autoestima negativa
<ul style="list-style-type: none">• Hacen amigos fácilmente.• Muestran entusiasmo en actividades nuevas.• Son cooperativos. Siguen reglas si son justas.• Pueden jugar solos o con otros.• Les gusta ser creativos y tienen sus propias ideas.• Se muestran contentos, con energía.	<ul style="list-style-type: none">• Son negativos.• Tienen un concepto bajo de sí mismos.• No arriesgan.• Tienen miedo a equivocarse.• Huyen del posible fracaso.• Idealizan a los demás.

PADRES PREPARADOS: PAUTAS Y ESTILOS EDUCATIVOS

QUÉ NO DEBEMOS HACER

- **Criticarle con el verbo “ser”:** si tu hijo/a no tiene un comportamiento adecuado, nunca hay que decirle cosas como: “eres tonto” o “eres malo” ya que de esa manera lo que hacemos es hacer creer al niño que realmente es malo o tonto.
- **Criticar en público:** cuando tu hijo/a tenga una mala actitud en público, regáñale en privado y no repruebes sus actos delante de los demás. Evita humillaciones innecesarias. Si es necesario recriminar su conducta en ese momento, evita gritos y malas formas.
- **Regodearse en sus errores:** ya no podemos cambiar las malas acciones que han cometido los niños, por lo tanto en vez de insistir en lo que hizo, debemos darle pautas o ideas de cómo hay que hacerlo en otra ocasión.
- **Compararle:** cada persona es única. Comparar lo que hace es obviar el talento del niño.
- **No abusar de poder:** las agresiones físicas o verbales no contribuyen a una buena educación.

AUTOMOTIVACIÓN

La automotivación implica **persistir por uno mismo**, sin depender de que otras personas nos insistan. Pautas a tener en cuenta:

- Confiar en los niños es el primer paso para que ellos confíen en sí mismos.
- Darle la oportunidad de solucionar por sí mismo los problemas ayuda a que se den cuenta que pueden hacerlo y aprender otras estrategias si se equivocan.
- Recompensa el esfuerzo de tu hijo/a por intentar hacer las cosas bien.
- Enseña a tu hijo/a a aceptar que a veces va a fallar y muéstrale que perder o fracasar es una oportunidad para mejorar y aprender.
- Fomentar en el niño desarrollar aquellas cosas que le gustan o se le dan bien, no proyectes en él tus intereses.

RESILIENCIA

- La **resiliencia** implica una serie de factores que permiten a un niño/a, a un ser humano, afrontar y superar los problemas y adversidades de la vida, y construir sobre ellos (Suárez Ojeda, 1995).
- La promoción de la resiliencia no es tarea de un sector determinado, sino la de todos los adultos que tienen la responsabilidad de cuidar y proteger a niños, asegurarles afecto, confianza básica e independencia.
- La resiliencia es una llamada a centrarse en cada individuo como alguien único, es enfatizar las potencialidades y los recursos personales que permiten enfrentar situaciones adversas y salir fortalecido, a pesar de estar expuesto a factores de riesgo.

PADRES PREPARADOS: PAUTAS Y ESTILOS EDUCATIVOS

TENGO	SOY
<ul style="list-style-type: none">• Personas alrededor en quienes confío y me quieren incondicionalmente.• Personas que me ponen límites para que aprenda a evitar peligros o problemas.• Personas que dan un correcto ejemplo.• Personas que quieren que vaya aprendiendo a desenvolverme solo.• Personas que me ayudan.	<ul style="list-style-type: none">• Feliz cuando hago algo bueno para los demás.• Respetuoso conmigo mismo y con los demás.• Una persona por la que sienten cariño.• Capaz de aprender lo que me enseñan.• Agradable y comunicativo.

ESTOY	PUEDO
<ul style="list-style-type: none">• Dispuesto a responsabilizarme de mis actos.• Seguro de que todo saldrá bien.• Preparado para comunicar cómo me siento.• Rodeado/a de gente con la que aprender y divertirme.	<ul style="list-style-type: none">• Hablar sobre lo que me asusta o preocupa.• Buscar la manera de resolver mis problemas.• Controlarme.• Pedir ayuda cuando la necesito.• Equivocarme.

EJEMPLO

Un niño de cinco años le dice a su madre lo siguiente cuando vuelve de la escuela. “Mi compañero de clase está siempre buscando pelea y a veces me agrede. Le digo que no lo haga; entonces no lo hace durante un rato y después empieza otra vez. Le tengo mucho miedo”.

- Una forma de promover la resiliencia consistió en que la madre lo escuchó, le dijo que estaba preocupada y lo consoló. Después le dijo que había hecho bien en contarle a la maestra y que lo hiciera cada vez que el otro chico lo molestara, hasta que no sucediera más.
- Se ofreció para hablar con la maestra o con los padres del otro niño, pero como quería reforzar la independencia de su hijo, no insistió. El niño se sintió con libertad para contar lo que sentía y para escuchar las soluciones para el problema. Se dio cuenta de que él mismo formaba parte de la solución y quiso saber qué más podía hacer.

RESILIENCIA; PAUTAS A TENER EN CUENTA

- Ofrecerle cariño.
- Enseñarle técnicas para calmarse antes de hablar y poder pensar con claridad.
- Enseñar comportamientos adecuados ante diferentes situaciones.
- Reforzar normas y reglas.
- Animarlo a que actúe independientemente pero que cuente y sienta tu apoyo.
- Ayudarle a que acepte responsabilidades ante sus comportamientos.
- Reforzar positivamente todos sus logros y darle estrategias para aprender de errores.

PADRES PREPARADOS: PAUTAS Y ESTILOS EDUCATIVOS

ESTAR PREPARADO PARA EDUCAR ES ACTITUD

Efecto Pigmalión: Es un suceso que describe cómo la creencia que tiene una persona sobre otra puede influir en el rendimiento de esta última. Existe una relación directa entre las expectativas que hay sobre un sujeto y el rendimiento que se obtiene sobre este.



La **AUTONOMÍA EN VALORES** incluye conceptos como: AMABILIDAD, RESPETO, TOLERANCIA, ACATAR LAS NORMAS, PERSEVERANCIA, HONESTIDAD, GENEROSIDAD, AMISTAD, COMPARTIR, COLABORAR, PACIENCIA, RESPONSABILIDAD, COMPRENSIÓN, EMPATÍA, SABER PERDONAR Y PEDIR PERDÓN.

EDUCAR EN VALORES; PAUTAS A TENER EN CUENTA

- Predicar con el ejemplo.
- Ser consecuentes con lo que les decimos.
- Ayudarles a pensar.
- Coeducación: familia – escuela.
- Dialogar y razonar el porqué de las cosas.
- Trabajar la empatía.

La **AUTONOMÍA EN LA CONDUCTA** se refiere a la toma de decisiones independientes y al hecho de mantener lo decidido. Las pautas a tener en cuenta a la hora de trabajarla y reforzarla son:

- Enseñar lo que está bien y lo que está mal.
- Reforzar buena conducta e intervenir de forma adecuada ante malos comportamientos.
- Establecer normas y límites.
- Ayudarles en la toma de decisiones.
- Ser claros a la hora de expresar lo que esperamos de ellos.
- Enseñarles a valerse por sí mismos y a enfrentar nuevas situaciones.
- Ayudarles a valorar el error y el fracaso.
- Valorar su esfuerzo.

PADRES PREPARADOS: PAUTAS Y ESTILOS EDUCATIVOS

ESTILOS EDUCATIVOS FAMILIARES

Los patrones educativos de los padres producirán determinadas consecuencias evolutivas para el ajuste socio-emocional de sus hijos. Crecer en un ambiente con un estilo educativo u otro tiene consecuencias importantes.

Debemos entender estos estilos educativos de una forma flexible y adaptada a cada niño.

Unos padres sensibles son aquellos que adaptan las estrategias educativas a las necesidades de sus hijos.

ESTILO 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, lo que importa para los padres es la obediencia.
- La expresión de afecto es baja. No suelen expresar abiertamente afecto a sus hijos.
- No tienen en cuenta los intereses y necesidades de los niños.

CONSECUENCIAS EN LOS NIÑOS DEL ESTILO AUTORITARIO

Los hijos de padres autoritarios:

- Son obedientes y sumisos cuando el control es externo (proviene de los padres) pero en ausencia de ellos son mucho más irresponsables y se muestran agresivos.
- Tendencia a sentirse culpables y deprimidos.
- Son niños con baja autoestima y escaso control emocional y conductual.
- Pocas habilidades sociales.

ESTILO PERMISIVO

- Altos grados de afecto y comunicación pero unido a una ausencia de control y exigencias de madurez.
- 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 permisos ni castigos en la educación. Los niños han de 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 ponen límites.

CONSECUENCIAS EN LOS NIÑOS DEL ESTILO PERMISIVO

Los hijos de padres permisivos:

PADRES PREPARADOS: PAUTAS Y ESTILOS EDUCATIVOS

- 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.

ESTILO DEMOCRÁTICO

- Niveles altos de afectos, 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 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 al niño para que se esfuerce en la consecución de 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.

CONSECUENCIAS EN LOS NIÑOS DEL ESTILO DEMOCRÁTICO

Los hijos de padres democráticos:

- Están más felices consigo mismos y son 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.

ESTILO NEGLIGENTE O INDIFERENTE

- Padres con escasa implicación en la tarea de crianza y educación.
- Son fríos y distantes con sus hijos.
- Escasa sensibilidad a las necesidades de los niños.
- Ausencia de normas, pero en ocasiones el control que ejercen es excesivo sometiendo al niño a un fuerte castigo sin mediar ninguna explicación o razonamiento de la conducta indebida del menor.

CONSECUENCIAS EN LOS NIÑOS DEL ESTILO DEMOCRÁTICO

Los hijos de padres negligentes:

- Baja autoestima.
- No acatan ninguna norma.
- Poco sensibles a las emociones de los demás (baja empatía).
- Son niños muy vulnerables a conflictos personales y sociales.

PADRES PREPARADOS: PAUTAS Y ESTILOS EDUCATIVOS

CÓMO EDUCAR EN ESTILO DEMOCRÁTICO

- Escúchale siempre.
- Enséñale a identificar emociones y gestionarlas.
- Demuéstrale que le quieres aunque tengas que recriminarle y ponerle normas.
- Interésate por sus amigos y su vida en el colegio.
- Pon normas claras, asegúrate que tu hijo/a entiende qué esperas de él/ella y cuál es el comportamiento adecuado.
- Deben conocer las consecuencias de incumplir las normas, de esta manera aprenden a decidir asumiendo responsabilidades.
- Ambas figuras parentales deben actuar de la misma manera.
- Refuerza sus buenas conductas.
- Fomenta la autonomía.
- Enséñale a solucionar conflictos.

EL ÉXITO COMO PADRES

- FOMENTAR SU AUTONOMÍA.
- UTILIZAR UN ESTILO EDUCATIVO DEMOCRÁTICO.
- DISFRUTAR DE SER PADRES.
- DEDICAR TIEMPO A TUS HIJOS NO SOLO PARA LOS DEBERES Y OBLIGACIONES, SINO TAMBIÉN PARA JUGAR Y DIVERTIROS.
- MOTIVAR A CONSEGUIR SUS OBJETIVOS.
- ESTAR DISPUESTO A APRENDER SIEMPRE.
- GUIAR Y APOYAR EN DESARROLLAR SUS GUSTOS.
- ESCUCHAR LO QUE DICEN Y HACEN.
- ADELÁNTATE A LOS AVANCES PARA PODER HABLAR ABIERTAMENTE DE TODO ELLO.
- TENER ACTITUD PARA LLEGAR AL DESTINO QUE NOS PROPUSIMOS AL PRINCIPIO DEL VIAJE.

ESCUELA DE PADRES Y MADRES DEL COLEGIO SANTO TOMÁS – DOMINICAS (PAMPLONA)
2017/18

PADRES PREPARADOS: PAUTAS Y ESTILOS EDUCATIVOS