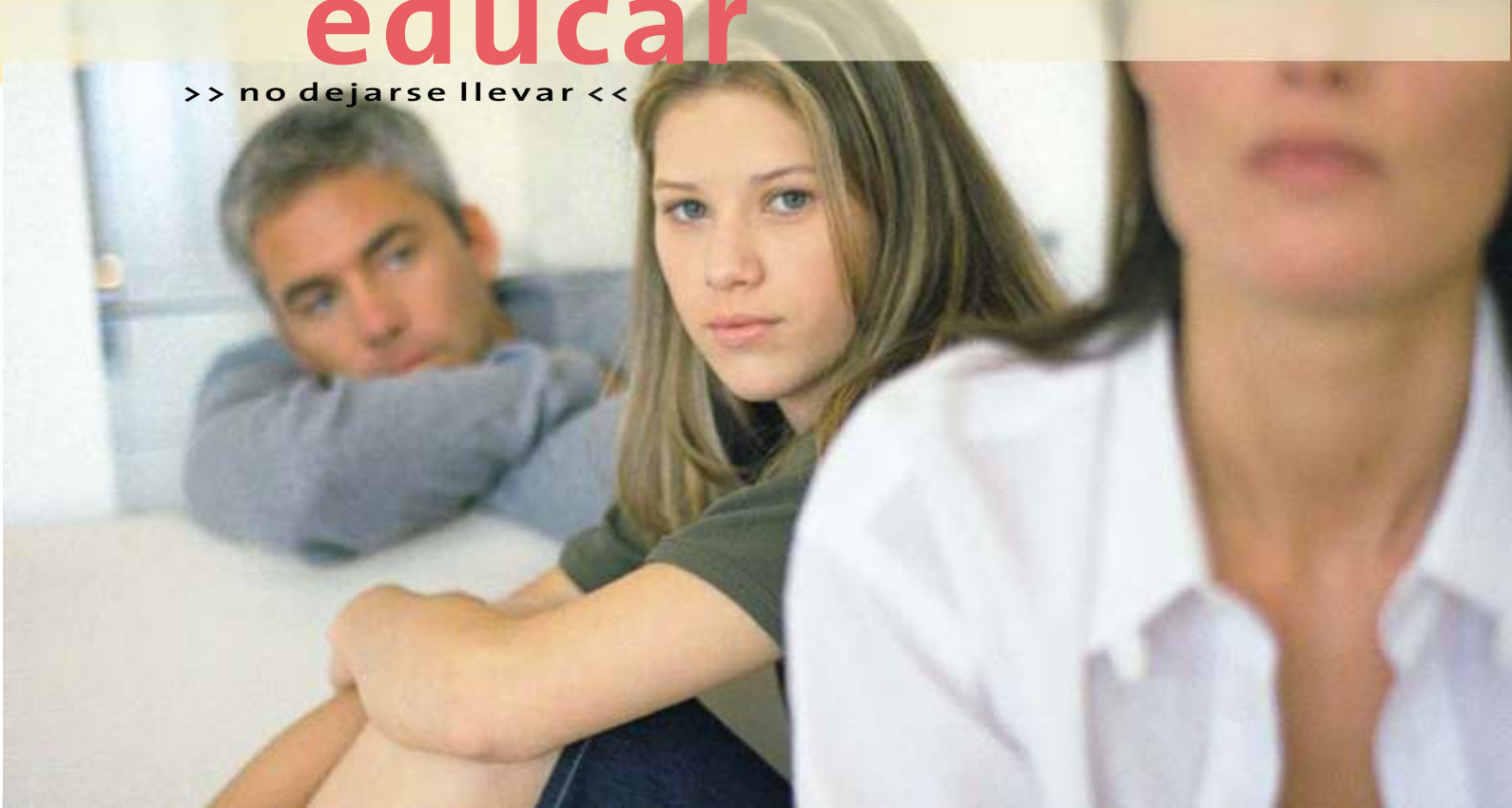




educar educar

>> no dejarse llevar <<



Los padres que muestran firmeza educan con mayor éxito, pues ...

- no temen enfrentarse a los conflictos
- pasan mucho tiempo con sus hijos
- exponen exactamente sus exigencias y dan instrucciones claras
- establecen las normas y son consecuentes con sus resultados
- refuerzan el comportamiento positivo con elogios y premios
- cumplen con su función de dar ejemplo
- pueden mostrar cariño y calor humanos
- no consienten excesivamente a sus hijos ni de forma material ni afectiva
- están dispuestos a negociar con sus hijos según se van haciendo mayores
- tienen la capacidad de desviarse de una norma si se encuentra otra mejor
- no tienen la impresión de que han de ser perfectos



Se ha demostrado científicamente en los niños de padres que muestran firmeza (sensibles y exigentes) una mayor motivación escolar y una menor delincuencia, que los de padres con un modo de educación demasiado descuidado, autoritario y complaciente. Steinberg, L. (entre otros); Over-time Changes in Adjustment and Competence among Adolescents from Authoritative, Authoritarian, Indulgent and Neglectful Families; Child Development 65, Nr.3; 1994.)

Les apoyamos en lo siguiente ...

- dificultades disciplinarias
- comportamiento social extraño de su hijo
- preguntas generales sobre educación
- situaciones familiares difíciles
- problemas financieros
- conflictos con la escuela
- preguntas generales con respecto a la escuela
- búsqueda de determinados centros especializados y de asesoramiento
- contactos con las autoridades

Dirección de contacto:

(Servicio de salud escolar
Asistencia social escolar para enseñanza primaria)

Schulgesundheitsdienst
Schulsozialarbeit Primarstufe
Bahnhofplatz 7
9001 St.Gallen
Telefon 071 224 54 36
Telefax 071 224 51 40
schulsozialarbeit.ps@stadt.sg.ch

© 2006 Servicio escolar de salud, asistencia social escolar de la ciudad de St.Gallen para la enseñanza primaria
Esta hoja informativa contiene citas del folleto „Erziehung“ (“Educación”) del servicio psicológico escolar del cantón de St. Gallen (reglas de educación) y de la página web www.familienhandbuch.de (“bestimmt auftretende Eltern”, “los padres que muestran firmeza”), así como sugerencias del curso de psicología pedagógica (competencias de los padres), Hofer, M., Mannheim.
Traducciones: Esta publicación se puede bajar de www.schulsozialarbeit.stadt.sg.ch como documento PDF en otras lenguas.

Otros centros de información y asesoramiento
(Asistencia social escolar para la enseñanza secundaria)

Schulsozialarbeit Oberstufe:

Hay una persona de contacto en todas las escuelas del nivel superior de la ciudad de St. Gallen
schulsozialarbeit.os@stadt.sg.ch

www.sanktgallernetz.ch

Aquí se encuentra información sobre:

- organizaciones de autoayuda y otras
- grupos de juegos para los más pequeños
- grupos para madres e hijos
- guarderías y familias de acogida
- asociaciones deportivas, culturales y de tiempo libre
- etc.

Información sobre guarderías:

(Departamento escolar de la ciudad de St. Gallen)
Schulamts Stadt St.Gallen
Familienergänzende Betreuung
Neugasse 25, 9004 St.Gallen
Teléfono 071 224 51 17
Telefax 071 224 54 88
betreuung@stadt.sg.ch

(Servicio psicológico escolar de la ciudad de St. Gallen)

Schulpsychologischer Dienst
der Stadt St.Gallen
Bahnhofplatz 7, 9001 St.Gallen
Teléfono 071 224 54 36
Telefax 071 224 51 40
schulpsychologie@stadt.sg.ch
www.stadt.sg.ch

Orientación

... e n tiempo de desorientación



Kampagne “Stark durch Erziehung” - Ein Projekt des Schweizerischen Bundes für Elternbildung SBE
Idee und erstmalige Veröffentlichung: Jugendamt der Stadt Nürnberg, Kampagne Erziehung im Bündnis für Familie, gefördert durch das bayerische Staatsministerium für Arbeit und Sozialordnung, Familie und Frauen

► Estructuración diaria

Asegúrese de que haya un ritmo diario establecido. Los horarios de comidas todos juntos son importantes en la Familia.

► Sueño

Durante la enseñanza primaria lo mínimo suele ser entre 8 y 10 horas de sueño. La hora de ir a dormir para los niños del nivel inferior es a las 20 horas como muy tarde, para los del nivel medio las 21. Haga como un ritual en las costumbres, por ejemplo, de ponerse el pijama, lavarse los

dientes, contar cuentos, dar el beso de buenas noches, apagar la luz.

► Deberes para casa

No haga los deberes de su hijo, pero búsquele un lugar tranquilo y luminoso para trabajar. Controle de vez en cuando si trabaja y si hace sus deberes regular y correctamente. Envielo a la escuela si faltan datos y ayúdele sólo contestando preguntas. La práctica adicional tiene sentido, pero se ha de consultar con el profesorado. El tiempo dedicado a los deberes no debería ser ilimitado. Es conveniente de 1/2 a 1 1/2 hora al día y según la edad. Después de las clases se recomienda seguir este orden: deje que le cuente lo que ha hecho, muestre interés y hágale preguntas, a continuación, la merienda, la hora de los deberes y tiempo libre.

Acompañamiento, tiempo

Educar a los niños no es posible sin invertir tiempo. Para eso hay que hablar con ellos, hacer algo juntos y jugar. Quien pase poco tiempo con su hijo, no puede compensarlo con regalos y complaciéndole en exceso. Observe dónde y con quién pasa su hijo el tiempo libre y acuerde con él cuándo tiene que volver a casa a más tardar.



▶ Reglas, acuerdos

Sin unas reglas obligatorias (líneas directrices) a las que se deban atener, los niños se vuelven a menudo inconstantes, pueden desarrollar miedos o convertirse en provocadores o tiranos. Un NO es un NO. Por eso reflexione bien antes de decir que no y no amenace con consecuencias que no pueda o no quiera cumplir. Apoye a su pareja en la educación. Los niños aprovechan las discrepancias. Introduzca tareas caseras y familiares en las que los niños tengan que participar.

▶ Planificación del tiempo libre

Su hijo debe tener una afición y pasar el tiempo libre con amigos escogidos. La música, el deporte, la participación en asociaciones juveniles, trabajos manuales y similares son buenas ocupaciones para el tiempo libre.

▶ Salidas

Para menores de 12 años la salida debe ser una excepción. Entre los 12 y los 14 no deberían salir durante la semana, los fines de semana sólo hasta las 21 horas. A partir de esa edad hay que acordar la hora (entre semana más moderadamente, los fines de semana hasta las 22 horas, una vez al mes puede ser hasta más tarde). Ha de tener validez lo que Vd. acuerde con su hijo y no lo que le cuente de otras Familias.

▶ Televisión, ordenador, teléfono móvil

¡La televisión no es una niñera! No se aprende la lengua a través de la televisión. Los niños no deberían estar delante de la pantalla más de 1 hora diaria (incluida la pantalla de videojuegos, de juegos de móviles, etc.). Permítale ver sólo ciertos programas. No deben tener un libre acceso a películas de vídeo ni a Internet. En principio un niño no necesita móvil, en caso contrario sólo con una tarjeta Prepago.

▶ Alimentación

Su hijo necesita un buen desayuno, una comida sana, así como un almuerzo y merienda. Debe evitar los dulces y bebidas azucaradas. Déle pocos zumos de fruta a edad temprana (por higiene dental). El alcohol en cualquier forma es un tabú. Impóngase si al comer se comporta de manera selectiva y difícil. Limite las comidas y controle las golosinas entre horas.

▶ Movimiento

El movimiento corporal estimula la mente y mantiene un cuerpo sano. El movimiento puede ser decisivo para evitar el sobrepeso.

▶ Marcas y otras necesidades creadas

Su hijo no ha de tenerlo todo, ni llevar las mismas marcas que los demás compañeros. La imitación no refuerza en absoluto la personalidad, sino que se reduce simplemente al aspecto externo y al materialismo.

▶ Dinero para pequeños gastos

En principio es superfluo. Existe el peligro de que se compre cosas innecesarias. Se debería usar como ayuda para saber administrar el dinero. Como referencia: para nivel de primaria máximo 2 francos, nivel medio 5 y para superior algo más, dependiendo de las obligaciones que tenga.

▶ Orden, formalidad

El orden es la mitad de la vida. Orden y disciplina son también especialmente importantes para aprender en la escuela.

▶ Violencia

No humille nunca. No caiga en la trampa que le lleve inevitablemente a excesos disciplinarios perjudiciales. Sólo puede conseguir que su hijo conozca otras formas de tratar las situaciones si Vd. así lo hace. Si a pesar de todo pierde la paciencia: primero piense, luego actúe.

▶ Colaboración entre padres y escuela

Hágase también responsable del comportamiento y los resultados de su hijo en la escuela. Castigue por un mal comportamiento también en casa. Si su hijo se queja del profesorado o los compañeros, pregúntele „¿y tú qué has hecho?“. Refuerce con ello la responsabilidad de su hijo.

▶ Sobreprotección, excesiva condescendencia

Su hijo no es su pareja. Vd. es su jefe. Si se aferra a él le imposibilita un desarrollo sano de su autoconfianza, independencia y autoeficacia.

▶ Valores, normas

Ocúpese de que su hijo cumpla las normas válidas en la sociedad. Explíquelo lo que para Vd. es realmente importante: buenas maneras, respeto, nada de violencia, orden comunitario, tolerancia, respeto de la propiedad, sinceridad, nada de alcohol, tabaco o drogas, nada de criminalidad, modestia.

