

EDUCACIÓN EMOCIONAL PARA FAMILIAS

Desarrollar la responsabilidad



Estamos inmersos en una sociedad en la que impera la inmediatez, las prisas y el 'tengo que'... Muchos miedos de los adultos en relación al futuro de nuestros hijos e hijas los compensamos apuntándolos a numerosas actividades extraescolares que no hacen más que agrandar todo lo anterior. Al final de una jornada maratónica, es fácil que en el seno familiar surjan conflictos que son difíciles de gestionar debido, en gran parte, al agotamiento de todas las partes. Niños y niñas lo viven de forma natural, cuando no debería ser así. No siempre es posible realizar estas jornadas, habituales en muchas familias, (con la transmisión de valores como la falta de compromiso y de responsabilidad que llega a los niños y niñas) o si se llevan a cabo, tienen un coste personal. Pensemos en la propia naturaleza que, en sí misma, es perfecta. Se autorregula y se autogestiona de una forma eficaz, pero a su ritmo. La naturaleza, por muchos avances científicos para acelerar procesos naturales, sigue siendo un proceso 'lento', pero que, al final, tiene sus frutos, que repercuten en todo el entorno. Estos ritmos los necesitan nuestros hijos e hijas para crecer con seguridad y confianza en sí mismos, con valores de compromiso, respeto y responsabilidad, con autonomía... Si llegar a un sitio o actividad conlleva darles la merienda, vestirlos para no llegar tarde..., esto tiene un claro impacto emocional (cada vez hay mayor estrés en la infancia) y personal (menor autonomía, responsabilidad, confianza en uno mismo...).

Si queremos niños y niñas responsables, primero, hemos de serlo los adultos. Hemos de respetar esos ritmos naturales que necesita la infancia, como son: -las horas de descanso (que dependerán de cada niño/a). -una alimentación saludable en un entorno tranquilo y afectuoso. -ofrecer tiempos de expansión (juego al aire libre, juego libre...) y momentos de concentración (realizar un puzle...). -incluir momentos de presencia de las figuras de referencia (leer juntos antes de ir a dormir...). -favorecer la autonomía de forma progresiva. Dar oportunidad para ello. Muchas veces se trata de que los adultos demos un paso atrás, observar y pensar que sí es capaz. Estar a su lado, de forma cariñosa, y ofrecer la ayuda en caso de ser necesario. Esta autonomía genera confianza y seguridad en uno mismo. -confiar en ellos/as es el primer paso para desarrollar la responsabilidad. Esta confianza ha de ser mutua. De ahí el ser coherentes y predicar con el ejemplo. Si nos equivocamos, como seres humanos que somos, pedimos perdón. Forma parte también de la responsabilidad el ser consecuente con los errores, aceptarlos y ver de qué manera podemos solucionarlo (si existe una solución). Los niños y niñas pueden participar en este proceso.

Por: **Sonia Reigosa York**
Madre, maestra de Primaria, psicopedagoga
y miembro de la Asociación Aragonesa de Psicopedagogía

EXPERIENCIAS

Del Blecua a Lampedusa: estamos en la misma barca

Dos alumnas del IES Blecua narran el viaje a la isla de Lampedusa, donde asistieron a las jornadas de conmemoración del naufragio de migrantes de 2013

Viajamos desde Zaragoza hasta Lampedusa, una pequeña isla italiana donde se habían vivido sucesos terribles; se habían perdido cientos de vidas a tan solo unos kilómetros de la costa. Unas vidas que podrían haber sido salvadas si no fuese por el egoísmo de muchos, y por las atroces rutas que muchas personas deben tomar para intentar encontrar una vida mejor, en su huida de la persecución, la violencia, la pobreza e, incluso, la muerte.

Nos esperaban unas jornadas de convivencia con estudiantes de institutos de toda Europa. Ahora ya podemos llamar amigos a nuestros compañeros de la escuela italiana ISSIS Falcone de Barrafranca en Sicilia.

Por la noche, presenciamos una obra de teatro preciosa y terrible al mismo tiempo, representada por la escuela de Artes Escénicas de Pesaro. Trataba sobre el naufragio del 3 de octubre de 2013, el acontecimiento que nos reunía en la isla. Una persona nos contó también la historia de su viaje a



Días de convivencia y aprendizaje en la isla de Lampedusa. IES BLECUA

Europa y nos hizo pensar lo afortunadas que somos. Lo que le sucedió es algo que nadie debería vivir, nunca. El viaje a Europa es un trayecto en el que sufren hambre, sed y miedo. En el que ven morir a sus amigos. Y en el que son tratados como animales en algunos países y sufren torturas y prisión sin haber cometido delito alguno.

Nuestra estancia en la isla estuvo llena de emociones. En talleres y charlas nos hablaron de las realidades que sufren las personas que migran desde África y Asia a Europa. El encuentro con super-

vivientes del naufragio de 2013 fue uno de los momentos más duros del viaje. Y, tan solo unas horas después, presenciamos un rescate: la guardia costera llegó con más de 50 personas en un barco. Personas llenas de esperanza. Personas en busca de una nueva vida. Personas que seguramente hubiesen perdido a seres queridos en ese largo viaje. Personas llenas de dolor. Pero personas. Personas que merecen que se les trate como lo que son.

Raluca Furnica y Helena Domínguez

Halloween en el CEIP Zalfonada

El 27, 28 y 29 de octubre fueron unos días terroríficos en el CP Zalfonada. Se acercaba Halloween, empezaba a haber puertas y pasillos decorados, algo en el ambiente estaba cambiando. De repente, la biblioteca se había convertido en un laberinto de miedo, con esqueletos, tumbas, zombis, muñecos diabólicos e incluso ratassss.

¿Qué está pasando? ¿Quiénes son estos personajes? ¿Adónde nos van a llevar? ¿Es seguro entrar en este laberinto?

Somos fuertes, valientes y todos juntos formamos un gran equipo y podremos con todo. Claro que nos atrevemos a ir con esa muñeca diabólica, con Maléfica, el zombi, la monja... o el ángel de la muerte.

Todos unidos nos adentramos en el laberinto y... sorpresa fue algo espectacular, los sonidos, la decoración, ese hombre invisible que de repente te agarraba de la pierna o del brazo, el cementerio al que llegamos y donde pudimos contar historias te-



Ambiente terrorífico en el CP Zalfonada. CP Z

roríficas o donde los de infantil bailaban y cantaban con esqueletos y pequeños monstruitos.

Nos encantó la experiencia, el miedo había merecido la pena. Eran unos personajes maquiavélicos, pero resultaron ser muy simpáticos y nos cuidaron

en todo momento. Esperamos poder verlos el año que viene, disfrutar de lo que nos vayan a enseñar y visitar con ellos nuevos y escalofriantes escenarios.

Gracias AMPA y colaboradores por hacernos pasar estos días tan especiales e inolvidables.

Heraldo Escolar