

EDUCACIÓN EMOCIONAL PARA FAMILIAS

El respeto, base de la autoestima y educación de los hijos

El respeto es una importante base para la autoestima de los niños y niñas en un futuro y una especie de garantía para una buena salud mental. Hay faltas de respeto que ya sabemos que lo son y por ello las evitamos. Pero hay otras muy sutiles, igual de perjudiciales, que hay que tratar de evitar:

1 Hablar de los niños delante de ellos como si no estuvieran. Obviarles de esta manera les transmite el mensaje de que no existen, de que no son dignos de ser tenidos en cuenta, de que no tienen opinión, de que no se pueden defender porque no les damos la opción de que participen en la conversación.

2 Contagiarles nuestras prisas. A veces, nuestra mala gestión del tiempo hace que ellos sufran nuestro estrés. Cada uno tiene su ritmo. Trata de evitar frases como: «Venga, date prisa, vamos tarde, eres un lento...». Respetar sus ritmos es importante.

3 Sus sensaciones corporales. La cantidad que quieren comer, el frío o el calor que tienen... Está claro que hay unos mínimos para que su salud no se resienta. Pero, a veces, nos empeñamos en que coman más o se abriguen a pesar de que no sientan esa necesidad. Así, les hacemos desconfiar de sus percepciones, además de no ser respetuosos con ellos.

4 Amenazarles. Las amenazas sirven de poco. Es mejor utilizar normas en vez de castigos improvisados. Fijadas con antelación, negociadas y razonables, las normas les dan la opción de saber a qué se atienen. Cuando les amenazamos, estamos transmitiéndoles que son malos. Para ellos es muy importante sentir que son buenos. Es un concepto que va más allá de la bondad. Está relacionado con ser dignos, importantes y 'queribles'.

5 Me has decepcionado. Los hijos no están para hacernos felices o agradarnos. Utilizar fórmulas, como decirles: «Me has decepcionado» son útiles para modificar su conducta, pero son muy poco respetuosas. Tratarles así es hacerles chantaje emocional. Además de que es perjudicial para su desarrollo y nuestra relación, estaremos enseñándoles una forma de comunicarse bastante tóxica, como es la manipulación.

6 Descalificarles. «Eres un vago, eres una bruta...». Cada vez que empezamos una frase por un 'eres', la palabra que le siga va a formar parte de la idea que nuestros hijos tengan de sí mismos. No hace falta que se trate de insultos, un simple calificativo negativo puede ser una falta también de respeto.

7 Demasiado exigentes. Cuantas más exigencias les pongamos, más insuficientes se sentirán: es muy difícil lograr tantos objetivos. Lo mejor es dosificar el número de exigencias y equilibrarlo con refuerzo positivo. Hay muchas cosas en su día a día que hacen bien, pero no siempre se las decimos.

8 Faltas de respeto. No tolerar las faltas de respeto hacia nuestra persona, como padres, es igualmente importante para enseñar el respeto.

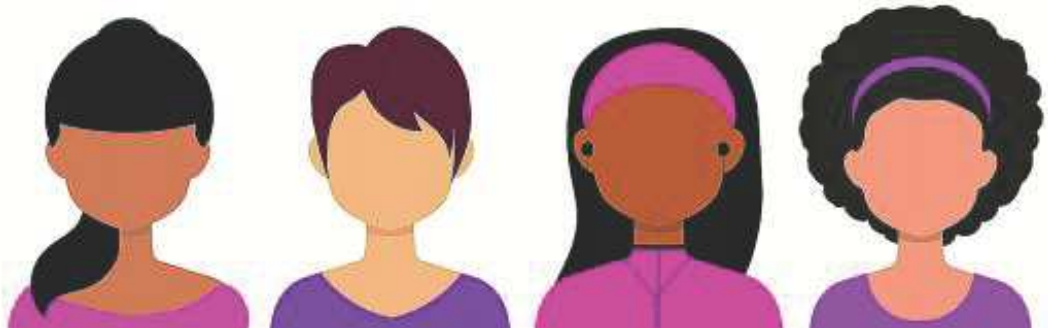
Por: **Pilar López Laboría.**
Educatora de Bienpensar Educación Emocional.
Asociación Aragonesa de Psicopedagogía

LA SONRISA



ENTRE CULTURAS / CAREI

Programa de Refuerzo de Español



El Programa de Refuerzo de Español (PREs) es una iniciativa coordinada por el Carei (carei.es), que consiste en la enseñanza del español, como nueva lengua, al alumnado no hispanohablante de los centros públicos y privados concertados de la ciudad de Zaragoza. Se trata de una actuación cofinanciada por el Gobierno de Aragón y el Fondo Social Europeo, que pretende favorecer la inclusión del alumnado con desconocimiento del idioma castellano en el contexto escolar.

Este programa va destinado al alumnado de Educación Secundaria, con un nivel en español inferior al nivel B1, para que pueda mejorar su competencia lingüística. También pretende facilitar la participación y la incorporación de este alumnado en la vida académica de los centros mediante el refuerzo del proceso de alfabetización del alumnado que tenga este tipo de necesidad educativa. Se trabaja también para que estas clases de refuerzo faciliten la convivencia del alumnado de los diferentes países de origen, que, en muchas ocasiones, viven situaciones muy similares y presentan unas necesidades muy parecidas.

El alumnado que participa en este programa recibe hasta tres sesiones de dos horas de clase a la semana, en horario extraescolar, para no dificultar su asistencia al resto de materias. A lo largo del curso, se hace un seguimiento individualizado de cada uno de los alumnos y alumnas, en el que se informa de las faltas de asistencia a los centros educativos y de todos aquellos asuntos que afectan a la vida académica del alumnado. A final de curso, se elabora un informe del progreso alcanzado en el conocimiento del español por cada uno de ellos.

CAFÉ PARA CEBRAS / METODOLOGÍAS ACTIVAS

Enjambre inteligente, la fórmula



En los centros educativos tenemos tal cantidad de reuniones, coordinaciones y espacios para la organización docente que, en ocasiones, nos pueden llegar a abrumar; pocas veces encontramos tiempo para hacer una parada, reflexionar y pensar sobre nuestra práctica docente. Y, precisamente, uno de los pilares, de los fundamentos, en los que se sustenta toda la literatura relacionada con el denominado 'aprendizaje visible', investigaciones, estudios y análisis de múltiples situaciones y contextos, nos dice que es muy importante, es más, me atrevería a decir que capital,

encontrar un tiempo para gestionar nuestro quehacer didáctico.

Y, en este sentido, la fórmula de enjambre inteligente o de inteligencia de enjambre hace referencia al profesorado que se sienta y habla, reflexiona y toma decisiones en torno a la colaboración, crítica y resolución compartida de problemas. Porque, ¿qué significa ser bueno en...? La autocrítica profesional o cómo conseguir la calidad en el proceso de enseñanza-aprendizaje pueden ser objetivos de estas reuniones, eficaces y valiosas para nuestras clases. Ser un docente activador y evaluador con nuestro alumnado nos asegura estar en el camino del aprendizaje eficaz.

Por: **Diego Arroyo**
Asesor de Formación CIFE Juan de Lanuza UFI-Zuera