



Educación emocional para familias

¿Sabemos tratar realmente a nuestros hijos?

AMALIA GASPAR. LICENCIADA EN PEDAGOGÍA.

Las situaciones externas a nuestro grupo familiar pueden absorbernos, provocando consecuencias negativas en nuestras relaciones familiares con los hijos y creando situaciones que, por lo general, nos suelen sacar de nuestras casillas. Para evitarlo, podemos seguir estos diez pasos, que nos marcarán unas pautas, teniendo siempre en cuenta nuestro papel como padres y la necesidad de establecer unos límites.

- 1 Amor y paciencia.** Debemos tratar a nuestros hijos con amor y mucha paciencia, primero hacia nosotros mismos, porque no somos perfectos y las cosas no salen bien a la primera, y, después, hacia ellos, poco a poco, dándonos tiempo.
- 2 Siempre sin criticar.** Es importante ir redescubriendo cómo son nuestros hijos, cómo actúan, corrigiéndoles pero sin críticas y sin emitir juicios. Ellos tienen aspectos buenos y malos como papá o mamá –o cómo todo el mundo–.
- 3 Potenciar lo bueno y corregir lo malo.** Lo más indicado es potenciar las cosas buenas y corregir las malas con orden y disciplina, sin agresividad. Hay que disfrutar de los buenos momentos, también de los ‘malos’, de manera que podamos aprender siempre de ellos.



- 4 Encontramos a nosotros mismos.** A pesar de pertenecer a diferentes épocas, podemos acordarnos de cuando nosotros éramos niños, de cómo éramos –nuestros miedos, nuestras ne-

cesidades, nuestras alegrías...–; encontrarnos con esos niños que fuimos una vez para poder entender mejor a nuestros hijos.

- 5 Saber escucharles.** Estamos tan cargados de problemas, por otras circunstancias, tan absortos en otros temas, que no somos conscientes de que a nuestro lado tenemos a nuestros hijos que nos están pidiendo nuestra ayuda, tal vez no de una forma clara y evidente, por lo que, muchas veces, no nos damos cuenta. Nuestros hijos y sus necesidades son lo primero, nuestros problemas se quedan en un segundo plano cuando se trata de nuestros hijos. Aunque no por ello debemos dejar de pensar en nosotros mismos, pero... después.
- 6 Nunca hay que perder los ‘estribos’.** Cuando se produce una discusión o un enfrentamiento, no se trata de ganar una partida. Nosotros tenemos las respuestas; es hora de relajarnos y pensar, de ponernos serios, ser claros y no perder los ‘estribos’; ellos lo notarán y nos irá mejor a todos.
- 7 Normas flexibles.** Nunca nos cansaremos de recordar que hay que marcar unas normas, unas pautas flexibles que todos debemos cumplir a rajatabla, nos guste o no.
- 8 Creatividad.** Tenemos que ser creativos. Si vemos que ellos están preparados para afrontar una nueva situación, o si creemos que deberían estarlo, hay que animarles para que no tengan miedo y, por supuesto, nosotros tampoco.
- 9 Ayudarles a crecer.** Hemos de ayudarles a crecer, a que decidan por ellos mismos qué es lo que les gusta y lo que no, sus preferencias. Ellos son personas distintas a nosotros y a sus propios hermanos.
- 10 Trabajo en equipo.** Esta es una tarea que nos concierne a padres y madres. Los dos debemos estar de acuerdo en las decisiones que tomamos y en cómo y cuándo se las comunicamos a nuestros hijos para que así exista un consenso.

ASOCIACIÓN ARAGONESA DE PSICOPEDAGOGÍA
www.psicoaragon.es

De pizarras y tabletas

ERRORES QUE NO DEBEMOS COMETER CON LAS PDI

PAUL BOUTROUX

Las pizarras digitales interactivas están cada vez más presentes en las aulas pero todavía tenemos que mejorar su aprovechamiento. Y lo primero que debemos tener en cuenta es la instalación, que debe ser ‘limpia’: una colocación sencilla y eficaz y sin cables por el suelo, por ejemplo. El proyector, los altavos



ces y el ordenador han de ser cien por cien fiables. Aunque no hace falta ser expertos o virtuosos en el uso de las PDI para sacarles partido, un mínimo de conocimientos técnicos son necesarios por lo menos para conocer el manejo y las posibilidades de las pizarras. Hoy en día, muchos profesores experimentados pueden compartir con sus compañeros ideas y técnicas para sacarle más partido a las pizarras interactivas en el aula. También existen manuales en librerías y bibliotecas o tutoriales en Internet. Tampoco hará falta tenerlo todo, todo, controlado y preparado porque esta pizarra es ‘interactiva’. Es mejor tener unas

cuantas ideas, unos recursos, que querer tener toda la sesión ‘atada’ y preparada. Igual que en las presentaciones: utilizar muchos artilugios, enlaces, colorines, animaciones... desvían la atención. Es mejor usarla de manera sencilla para centrarnos en los conceptos que queremos transmitir. La PDI es una herramienta, un apoyo o un punto de partida pero no debe ser el principio y el fin de la clase. Deberíamos usarla cuando nos es realmente útil para ilustrar conceptos o para cambiar de actividad o de enfoque. Para terminar, solo recordaremos que los alumnos usan a diario las nuevas tecnologías y que las pizarras les motivan y les animan mucho a participar. Muchos docentes recomiendan que los escolares cobren mayor protagonismo con las pizarras interactivas para fomentar la participación y la colaboración. Para saber más: www.lapizarradigital.es.

Me apetece...

DE REYES QUE ESTORNUDAN, EMPERADORES Y BRUJAS

MARISANCHO MENJÓN

2014, AÑO AGOSTO

¡Se cumplen dos mil años, nada menos, de la muerte del emperador romano Augusto, fundador de Zaragoza. Una fecha tan señalada se va a conmemorar en todos los territorios que formaron el antiguo Imperio Romano, y varias localidades aragonesas, además de la capital, no van a faltar a la cita. Hay un montón de actividades en los museos, visitas guiadas y talleres, tanto en Zaragoza como en Huesca, Calatayud, Tarazona y Velilla de Ebro. Tenéis toda la información en esta web: <http://www.zaragoza.es/ciudad/museos/es/agosto.htm> Seguro que hay más de una que os apetece. ¡Ave!



EL REY QUE NO PODÍA DEJAR DE ESTORNUDAR

Os proponemos hoy un cuento clásico: un rey tiene un problema –bastante raro, es cierto: no puede dejar de estornudar– y un aventurero tendrá que salir por el mundo para superar una serie de pruebas que le permitan conseguir el remedio a tan extraña y molesta dolencia real. Hasta ahí, la aventura tradicional: pero si os explicamos la clase de pruebas y aventuras que es necesario superar, os chafamos el libro, porque son desterrillantes. Y justo lo que no queremos es eso, sino que queramos que lo leáis para que paséis un buen rato. Lo han escrito para vosotros Roberto Malo y Francisco Javier Mateos, y lo ha ilustrado Blanca Bk. El libro está publicado por Edebé.



ID PREPARÁNDOOS...

¡Chicos, se acerca Halloween! Ya sabéis que esta fiesta es importada y que aquí la hemos celebrado siempre de otra manera, pero lo divertido se impone, así que os proponemos que preparéis unos buenos conjuros para esa noche ‘bruja’. Si queréis estar a tono con la noche, además de los disfraces terroríficos tenéis que hacerlos con un repertorio de palabras mágicas que os ayuden. Lo mejor es que sean vuestros, inventados por vosotros, pero si entráis en la web <http://garabaton.blogspot.com.es>, tendréis un montón de ideas para hacerlos. ¡Que la fuerza, o los espíritus creativos, os acompañen!



ESCOLAR es un suplemento didáctico editado por HERALDO DE ARAGÓN con la colaboración de la Fundación Telefónica. Coordina: Lucía Serrano Pellejero.

