

Navegando Entre Padres

Foros de debate, noticias de interés educativo y recursos en Internet es lo que pueden encontrar los internautas en Entre Padres, un espacio dentro del portal educativo EducaRed

ZAIDA PÉREZ DE ARANDA
Todos los padres tienen un punto de encuentro a través de Internet gracias a **Entre Padres**, un espacio dentro del portal de EducaRed (www.educared.net) que busca potenciar el debate entre los padres y madres de alumnos desde Primaria a Bachillerato. Así, este sitio web aborda muchas de sus inquietudes.

La evaluación de los profesores de las escuelas públicas, que, a juzgar por algunos padres y profesores, resulta deficiente, es en estos momentos el tema de debate en el foro *Sistema Educativo* del portal Entre Padres de EducaRed. Pero son muchos más los temas a discutir: aspectos de la salud infantil como los trastornos alimentarios y la hipotonía, o el riesgo que supone para los docentes la violencia escolar son sólo algunos de ellos. Así, por ejemplo, Teresa, una madre usuaria de Entre Padres opina al respecto: "Cuando un alumno es víctima del *mobbing*, la situación les incumbe a todos los profesores. Y, cuando la víctima es un profesor, también les ha de incumbir a los padres, ya que se les está enseñando a sus hijos a ser unos acosadores y unos maltratadores psicológicos y eso es maleducarlos".

FOROS ABIERTOS

Como Teresa, los padres navegantes interesados en dar su opinión o simplemente informarse de la de los demás sólo tienen que entrar en alguno de los foros abiertos de Entre Padres: *Foro general* (uno de los temas que se está tratando es el del maltrato del niño al adulto), *Sistema educativo*, *Comportamientos y actitudes* (ahora mismo se debate el famoso "botellón"), *Al salir de clase*, *Ayudarles a aprender*, *Política educativa* y *Tablón de anuncios* (con ofertas, consultas y consejos). Cabe destacar que, además de los padres, en estos foros también participan profesores.

RESÚMENES, NOTICIAS ...

Pero Entre Padres, además de foros de debate, ofrece noticias de interés, proyectos educativos y recursos en Internet sobre la difícil tarea de educar a los hijos. En este último apartado, todos los padres internautas que lo deseen pueden aportar su granito de arena recomendando alguna página web educativa. Asimismo, en En-

tre Padres se pueden encontrar interesantes resúmenes -con aportaciones destacadas y opiniones a favor y en contra- sobre algunos temas candentes de la actualidad educativa: ¿es la jornada intensiva la solución para conciliar la vida familiar, laboral y escolar?; ¿repercutirán las nuevas propuestas en una mejora de la calidad de la Educación?; ¿cómo debe tratar la escuela el conflicto de la integración de los inmigrantes en las aulas?; ¿hay que fomentar la lectura entre los escolares para que aprendan a escribir con corrección?; ¿la reducción del horario escolar repercutirá en una formación más eficaz para nuestros hijos?; ¿estás a favor de que permanezca el modelo de

educación concertada?; ¿cuáles son las causas del alto índice de fracaso escolar en España?

NUEVOS CONTENIDOS

Algunos ejemplos temáticos de estos monográficos son: *La elección de juguetes*, *Enseñame a dormir*, *El placer de la lectura*, *Comer en familia*, *Navegación segura*, *¿Estudiar o trabajar?*, *El primer día en la escuela...* Cada monográfico estará formado por distintos módulos (*La noticia*, *El experto*, *Sabías que...*, *Tu experiencia*, *Opina*, *Pulsómetro*, *Propón tu tema*, *Las 3 recomendaciones* y *Enlaces*) que se combinarán para ofrecer al usuario contenidos informativos, participativos y de intercambio.

Entre Padres ofrece de cara al mes de mayo una propuesta más completa, con mayor oferta de contenidos y con más posibilidades de participación y comunicación.

Otra novedad son los monográficos *Entre nosotros*, que son especiales informativos sobre cuestiones relativas a la educación de los hijos. Tratarán, desde una perspectiva educativa, temas de salud, tiempo libre, hábitos, noticias de actualidad...

Reflejarán situaciones e inquietudes propias de las diferentes etapas en la educación de los hijos. Los monográficos contarán con la participación de expertos en la materia que informarán, darán pautas e interactuarán con los usuarios y con el entorno. También habrá espacios específicos para fomentar el intercambio de experiencias y el debate entre usuarios. ▶


OBJETIVOS

- ▶ Mantener en un entorno web un punto de encuentro entre padres con inquietudes y dudas comunes (a la comunidad de los padres);
- ▶ Potenciar y facilitar la comunicación entre los usuarios;
- ▶ Dinamizar la participación de los usuarios haciendo que éstos se conviertan en protagonistas: receptores pero también emisores de la información;
- ▶ Ofrecer contenidos que sean un reflejo de los intereses de la comunidad;
- ▶ Atender a la diversidad de momentos y situaciones que conlleva la paternidad (primeros años, infancia, adolescencia), y ofrecer un servicio de ayuda para padres y madres para la resolución de dudas, asesoría y orientación.



Entre Padres ofrece un punto de encuentro en Internet para los padres de estudiantes de Primaria, Secundaria y Bachillerato.

EDUCARED



Entre Padres se encuadra dentro del portal EducaRed (www.educared.net), un programa abierto impulsado por la Fundación Telefónica que aspira a unir a toda la comunidad educativa española de enseñanza no universitaria.

Este programa, más allá de la disponibilidad de infraestructuras y servicios, se orienta también a la exploración, experimentación y puesta en práctica de formas generalizadas de aquellas metodologías que, a la vez que incorporan nuevos usos de la Red, suponen innovaciones pedagógicas y nuevas formas de actuación en la Sociedad del Conocimiento, con especial aprovechamiento de la interactividad, deslocalización y enseñanza virtual.

EducaRed pretende, por tanto, desarrollar un ámbito de reflexión y pensamiento en el que se evalúan y contrastan las distintas experiencias, con especial atención a las consecuencias que para la vida ciudadana y el desarrollo personal van a tener los nuevos sistemas de la escuela virtual.

Web de familia

Guía para unir a padres e hijos

La llamada "brecha digital" que padecen algunos padres, unida a los riesgos que corren sus hijos cuando navegan por internet, provocan que la red se haya convertido en una amenaza para los más jóvenes. Conocer el buen uso de esta herramienta prevendrá de los peligros que circulan por el ciberespacio de más del 40% de los hogares.

DÉBORA GARCÍA

Muchos padres se sorprenden de los contenidos a los que acceden por internet sin intención. Cuando crees que has encontrado la página que buscabas, te das cuenta de que se trata de un espacio con contenidos pornográficos, que nada tiene que ver con tu búsqueda. Lo mismo ocurre cuando estás conectado a un chat y un internauta te recomienda una página. Pinchas en el enlace y, de repente, estás envuelto en una conversación sobre técnicas de adelgazamiento imposibles que, para nada, te interesan.

Estas situaciones son muy habituales y peligrosas, pero lo son aún más cuando a quien le sucede es un menor y no un adulto. Las amenazas que presentan las nuevas tecnologías a los pequeños internautas obligan a que sean, precisamente, los padres los encargados de poner un cierto "orden" a la anarquía que reina en la red.

Los conocidos filtros son las herramientas preferidas para evitar el mal uso de internet, pero no resuelven algunas intrusiones



Internet puede servir para unir y no separar a las familias.

no deseadas. Lo más efectivo es conocer, de forma sencilla, consejos prácticos sobre navegación y empleo de chats, *webcam* y blogs, entre otros. *Teléfonos móviles, internet y televisión: lo que los padres deben saber* reúne recomendaciones de gran utilidad que permitirán que toda la familia no navegue desprotegida. Esta guía, elaborada por la Asociación Protégeles.com, el Ministe-

rio de Industria, el Defensor del Menor de la Comunidad de Madrid y la Fundación Orange, recoge en sólo 48 páginas consejos que impedirán que los más pequeños se topen con contenidos peligrosos.

NO SOLO EN INTERNET

Sin duda, la red de redes es la herramienta digital que más activi-

dades peligrosas y riesgos presenta para los más jóvenes, pero no es la única. El uso masivo del teléfono móvil, en menor medida, de la televisión (sobre todo a ciertas horas), también pueden convertirse en un problema si no se les da el uso adecuado.

Por este motivo, esta guía responde a cuestiones tan sencillas como ¿qué hacer ante un mensaje de texto aparentemente delictivo? ¿Cómo evitar el envío de mensajes a destinatarios fraudulentos? Preguntas de este tipo y muchas otras se recogen en esta guía.

Estar en alerta ante posibles situaciones como estas es la actitud más correcta para evitar un mal uso de las nuevas tecnologías pero, aunque se trata de "una realidad diaria y palpable, es minoritaria", en palabras del presidente de Protégeles.com, Guillermo Canovas. No obstante, todas las medidas de prevención son necesarias para que los jóvenes no estén desprotegidos, ya que se ven amenazados por los contenidos nocivos que les llegan, a veces, sin quererlo ni poderlo evitar.

Los padres pueden encontrar esta guía en las tiendas de Orange, en los colegios de sus hijos y consultarla a través de la web de Protégeles www.protegeles.com. Se han editado 150.000 ejemplares en toda España. 

Enseñar a obedecer

Mis hijos de 5, 7 y 10 años no me obedecen. ¿Qué puedo hacer? Les insisto una y mil veces y no consigo que hagan las cosas. En casa mi mujer y yo estamos bastante angustiados, pues el ambiente en la casa, sobre todo por las tardes y en el desayuno por las mañanas (los desayunos son un caos, pues los dos trabajamos y hay que dejar a los niños en la

guardería y en el colegio) se está crispando cada vez más.

Efectivamente, la desobediencia habitual de los hijos es uno de los temas que más puede dañar el ambiente de convivencia de una familia, pero siendo esto importante no lo es menos el aprendizaje negativo que sus hijos realizan. Dicho de otra manera: se aprende a obedecer o a desobede-

cer. Por lo que me cuenta es urgente cambiar la dinámica en la que ha entrado su familia. Pero lo primero que le diría es que sean optimistas con sus posibilidades educativas. Tiene a su favor las edades de sus hijos: están en unas edades en las que la respuesta a las acciones educativas, coherentes y adecuadas, es magnífica.

En segundo lugar analice con su mujer como han actuado al exigir a sus hijos, como les ha ordenado hacer las cosas. Esas técnicas hay que... olvidárselas, pues han fracasado. Cuando decimos a un hijo "te he dicho 100 veces que..." es el momento de cambiar radicalmente de táctica. Otra idea básica es que no podemos "mandar" en todo y continuamente, pues eso nos resta fuerza, y agota también a los hijos. La obediencia no se consigue regañando a un hijo, por ejemplo, diciéndole con frecuencia que es un desobediente y que tiene que obedecer. La obediencia se materializa en lo concreto: recoger el cuarto, irse a la cama a la hora prevista sin protestar, comérselo todo, respetando el tiempo de trabajo escolar, mío o de mis hermanos, etc.

Por lo tanto una vez visto con su mujer los errores cometidos hasta ahora, les queda la labor más bonita: pensar en cada uno de los hijos, en su edad, sus puntos fuertes y elegir un objetivo concreto para trabajar la obediencia en la próxima semana. Un objetivo, una forma de motivarle y de exigirle de manera amable y firme. Un objetivo que sea... fácil, pues interesa que lo consigamos y le podamos felicitar con una frase parecida a "¡enhorabuena, da gusto contigo y lo obediente que eres, tu madre y yo sabíamos que podíamos confiar en ti" o algo parecido. Usted me puede decir "...bien, eso está bien, pero mi hijo sigue desobedeciendo en esto y aquello...". No sea impaciente. La siguiente semana otro punto de mejora. Cuando un chico obedece a sus padres en, por ejemplo, acostarse a su hora, está adquiriendo un hábito, obedecer a sus padres, que se incorpora a toda su persona y sus actuaciones.

Al mismo tiempo el clima del hogar mejorará, el ambiente no estará crispado, habrá más sonrisas y buen humor, que es el mejor ecosistema para el crecimiento de nuestros hijos y de los padres.

VIDAL SÁNCHEZ

Ólo de marca

de exterior, que sus amigos deben verlo por su amor desinteresado y no por el envoltorio.

► Otro punto para hacer reflexionar puede ser esa "esclavitud" que está desarrollando hacia la ropa y que puede extenderse a otros aspectos.

► Centrando una posible línea de actuación: es muy interesante que además de dar argumentos, ella misma sea la que se ocupe del cuidado material de su ropa, lavado

y plancha, para que se de cuenta de que esa continua preocupación, que muchas veces se demuestra en cambios de "modelo", produce mucho trabajo que ella no realiza.

► También es muy efectivo que toda la ropa de "capricho", que no sea necesaria, se la "autofinancie", la pague con su trabajo, con algunos encargos extras en casa, clases particulares, o del dinero de su asignación.

ÁNGEL GONZÁLEZ

Siempre están mintiendo

Tengo 3 hijos de 10, 6 y 3 años. Son unos chicos estupendos, pero no consigo que no mientan. ¿Qué puedo hacer?

En primer lugar, decirte que el motivo de la mentira te indicará el camino para conseguir su corrección. Hay que pensar quién lo ha hecho y por qué. Normalmente los más pequeños al mentir, están llenando un vacío interior; falsean la verdad por fantasía. Cuando son un poco más mayores, los motivos para no decir la verdad pueden ser muy diferentes: para quedar mejor, por orgullo, como una defensa, etc.

Hay que enseñar a nuestros hijos que lo **bue** no es decir siempre

la verdad. Y eso lo conseguiremos con el ejemplo de vosotros los padres y nosotros los profesores. Enseñarles a que se "defiendan", sin entrar en el juego de las mentiras y las murmuraciones. En el caso de "sorprender" a un hijo en una mentira y tener que reprenderle, escoger siempre el momento adecuado para hacerlo, estando a solas y procurando no humillar y separando el acto concreto de la mentira de la persona que lo ha hecho.

Por último, recordarte que siempre es más adecuado dar un enfoque positivo a la educación de nuestros hijos, en este caso, alabar los actos concretos de sinceridad. En casa, acostumbrarles a que cuenten cosas de su vida diaria, sin juzgar permanentemente cada cosa que dicen. La confianza que depositamos en ellos nos ayudará a que le duela interiormente el habernos defraudado con una mentira.

JUAN HERMINIO DUARTE

lar del Centro Universita-
orientarles ante cualquier
ta puede hacerlo a través
ologos.com

La dieta de la publicidad: la tele engorda

Los amigos que las empresas alimenticias diseñan para vender sus productos a los niños no cuentan toda la verdad: sólo un 2% de los anuncios en horario infantil promociona alimentos especialmente indicados en su dieta.

ÁNGEL PEÑA
La comida entra primero por los ojos. Y un vistazo al patio de cualquier colegio nos revela que los niños de ahora miran mucho y no siempre lo más adecuado. La tasa española de sobrepeso en niños es del 16%, una de las más altas de la UE. Una paradoja, si tenemos en cuenta el orgullo nacional que nos llena la boca, nunca peor dicho, cuando hablamos de nuestra dieta mediterránea.

En busca de las causas de esta distorsión, Consumer Eroski grabó en dos semanas más de 6.300 anuncios de alimentación en los horarios de mayor presencia infantil programados por 12 cadenas. Después, un equipo de nutricionistas y dietistas y otro de periodistas analizaron los resultados.

El panorama general muestra que "el mensaje predominante que llega al telespectador infantil y juvenil que recibe estos anuncios va justo en la dirección opuesta a una educación alimentaria basada en la dieta equilibrada y puede reducir la eficacia de las campañas institucionales en contra de la obesidad infantil".

En lo concreto, los datos son demoledores: el 44% de los productos son prescindibles en la dieta o se abusa de su consumo cuando apenas ofrecen ventaja

nutricional para un organismo en crecimiento, por ser demasiado energéticos debido a su abundante contenido en azúcares y grasas. Además, la inmensa mayoría apenas aportan proteínas, vitaminas, minerales y fibras, y contienen demasiada sal y sodio.

COLA CAO Y BOLLYCAO

En esta apoteosis de lo superfluo, el rey es el chocolate y sus derivados, con un 9,5% de los anuncios y tres de los cinco productos más publicitados: Cola Cao Nutrexpá, Bollycao y Nesquik; le siguen caramelos y las golosinas –con un 8% y Golosinas Haribo en el segundo puesto de la lista–, empacados con sus parientes los bollos y pasteles (8%); a continuación se sitúan embutidos (7%), aperitivos (4,5%), salsas y mahonesas (3%) y helados (3%).

Y tampoco el otro gran grupo de anuncios, que acumula el 46% del tiempo analizado, es ejemplar. Representan un aporte de azúcares excesivo si se consumen a diario. Destacan aquí los yogures y los postres lácteos azucarados, con un 16% que encabeza Danone –coloca sus natillas Danet y el Actimel en los puestos noveno y décimo–; los lácteos (12%), los ce-



Pirámide nutricional tras el filtro televisivo.

reales de desayuno (7,5%), las galletas (5,5%) y los quesos (4%).

Frente a estos rollizos números, los alimentos especialmente

indicados en la dieta infantil –fruta, verdura, pescado, aceite, arroz y pasta– se conforman con un raquítico 2% de los anuncios. ▽

CAPRICHOS PELIGROSOS

Se podría discutir –y se discute– hasta el infinito sobre la responsabilidad social y pedagógica de la televisión, cuyo papel en los hábitos alimentarios acabamos de analizar. Pero, ¿qué sucede en este ámbito con la institución específicamente diseñada para enseñar? Nada bueno.

El Libro Blanco de la Alimentación Escolar denuncia que los menús de los comedores escolares escasean en fruta, verdura legumbre y pescado. Completan una dieta que favorece la obesidad, no es equilibrada y no enseña a comer.

El libro lo elaboraron la Asociación Española de Pediatría y la Sociedad Española de Dietética y Ciencias de la Alimentación a partir de una encuesta en 33 colegios españoles en el curso 2005-06. Sus conclusiones son alarmantes. Las comidas de los escolares son escasas en carbohidratos y el reparto semanal de alimentos básicos es lamentable: fruta tres veces; verdura, dos; legumbres, 1,4; y pescado, 1,3. En cambio, hay demasiada carne, grasa y proteínas.

La situación se agrava por la tendencia de los colegios al autoservicio: el niño escoge lo que le apetece. Contra esta opción por la comodidad, el Libro Blanco aboga por la presencia de educadores en los comedores para vigilar qué comen los niños. También se podrían contratar nutricionistas que ayuden a los cocineros o empresas de distribución de alimentos con dietistas. Y, por supuesto, contar con la ayuda de los padres, que deberían pasarse de vez en cuando por los comedores y comprobar en propio paladar con qué están creciendo sus hijos.

Televisión, educación y familia



ENRIQUE ROJAS

CATEDRÁTICO
DE PSIQUIATRÍA

Vivimos tiempos complejos, repletos de contradicciones, lo positivo y lo negativo andan más mezclados que nunca. Son muchos los factores que han contribuido a ese estar perdido, desconcertado, sin hacer pie y sin tener unos referentes claros, coherentes, firmes, que empujen con fuerza a toda la existencia hacia delante, luchando por superar los obstáculos que se van presentando. La televisión es uno de ellos.

Los niños son, precisamente, quienes más desprotegidos se encuentran ante ese bombardeo constante de noticias, informaciones y mensajes de todo tipo. Estudios recientes ponen de manifiesto el verdadero calado de este problema: largas jornadas laborales mantienen a los padres fuera de casa mientras los más pequeños pasan horas y horas frente a la "caja tonta". Dicen los especialistas que la televisión, para ser buena, debe formar, informar y entretener. Hoy por hoy, esto

dista mucho de la realidad. La TV actual no es formativa, ni muchísimo menos; no hace al espectador más maduro, ni lo mejora, ni lo enriquece.

Es menester saber hacer una criba de todo lo que recibimos, sobre todo por higiene mental. Es menester descifrar el criptograma de datos que nos llegan como en cascada, unos detrás de otros, y nuestros hijos no lo pueden hacer solos. La solución no está, como creen muchos, en establecer un límite de horas. No es un tema cuantitativo, sino cualitativo. Yo abogo por una exposición controlada, en compañía de los padres. No se trata de censurar, de precisar lo que se puede y lo que no se puede ver, porque ya sabemos cuan atractivo resulta lo prohibido... Ver la televisión en familia permite la reflexión, el debate; tenemos que explicar a nuestros hijos lo que están viendo, qué es lo que significa, por qué sucede... en definitiva, enseñarles a

No se trata de censurar, de precisar lo que se puede y lo que no se puede ver por televisión, porque ya sabemos cuan atractivo resulta lo prohibido...

tener una visión más activa, más crítica.

El sociólogo francés Pierre Bourdieu habla de ello en el libro *Sobre la televisión*: "el paisaje mediático constituye hoy una amenaza para la sociedad. Hay que buscar la justa medida. Mantenerse informado sin perder el equilibrio psicológico". Si ya es difícil para un adulto, imagínese cuánto más ha de serlo para un niño.

Nada más alejado de mi intención que sembrar el pánico. Es una situación fácilmente reversible, sólo debemos tomar conciencia del peligro que supone para nuestros hijos una exposición descontrolada. La educación, en mayúsculas, empieza por nosotros mismos. Los colegios desempeñan una labor importante, fundamental, pero en ningún caso pueden sustituir a la familia.

En estos tiempos complejos se hace más necesaria que nunca la figura de un líder, de una persona que vaya por delante enseñando con su tipo de vida un estilo superior de existencia. Esa difícil tarea nos corresponde como padres, no podemos eludir tal responsabilidad. Nadie velará mejor por la seguridad de nuestros hijos, invitándoles a seguir en la dirección adecuada, a la vez que ayudándoles a desarrollarse como individuos.

La autonomía de nuestros hijos

La mejor ayuda, no ayudar

Todos los padres, o la mayoría de ellos, nacemos con el instinto programado de amar y proteger a nuestros hijos. Les queremos evitar sufrimientos, dolor, rodear de cariño y de seguridad. Pero, ¿sabemos cómo se hace eso? ¿Creéis que evitándole errores, fracasos o decepciones lo conseguiremos? ¿Creéis que haciéndoles la vida más cómoda y fácil se sentirán más seguros y fuertes?

ELENA ROGER
Muchos padres sabéis que ofrecer a vuestros hijos la oportunidad de equivocarse es ofrecerles también la oportunidad de aprender, de rectificar errores y mejorar. De madurar, en definitiva. Pero este principio se puede ampliar y enriquecer. Podemos ir más allá y no solo dejar que nuestros hijos se equivocuen y aprendan de sus errores sino además ayudarles a "separarse de nosotros".

Esto, que puede asustar a más de uno, se traduce en dos palabras: dejar libertad. Nuestros hijos no son propiedad nuestra ni tampoco nosotros somos parte de ellos ni ellos de nosotros. Son individuos en constante proceso de crecimiento, con necesidades e ideas independientes a las nuestras y con un proceso de maduración distinto al que nosotros tuvimos a su misma edad. No debemos hacerles creer que somos indispensables para ellos o que nos necesitan para ser ellos mismos.

Haim G. Ginott, en su libro *Entre padres e hijos*, de la editorial Medici, afirma que un buen padre, como un buen maestro, es el que se hace cada vez menos indispensable para los niños.

¿Qué quiere decir esto? Pues que debemos enseñar a nuestros hijos a ser autónomos e independientes.

En el día a día en casa este principio no es tan evidente. Cuando son bebés nos es fácil ayudarles a ser independientes de manera inconsciente: les mostramos su reflejo ante un espejo, les hacemos

cosquillas para identificar las diferentes partes del cuerpo, les fomentamos el arrastre y gateo... todo son pasos inconscientes que damos hacia este objetivo final.

BUENAS INTENCIONES

Pero en otras ocasiones actuamos con la mejor de nuestras intenciones, con todo el amor del mundo, pero no lo hacemos todo lo bien que sabemos. Cada día ocurren decenas de circunstancias que sin darnos cuenta dicen sin palabras a nuestros hijos que ellos mismos no se bastan y necesitan de nuestra ayuda:

- ▶ Esa pieza del puzzle no va ahí, cariño, va aquí.
- ▶ Tu no puedes solito. Ven que te abraque los zapatos (por cierto, ¿cuántos niños de 10 años saben abrochárselos hoy en día?).
- ▶ Te voy a poner guapísimo. Ven que te peine y te ponga colonia.
- ▶ Te pongo el bocadillo dentro de la mochila para que no se te olvide.
- ▶ Estos deberes son difícilísimos para tí. Deja que te ayude.
- ▶ No te preocupes, cielo. Encontraré tu peonza y cuando vuelvas del colegio ya la tendrás.
- ▶ Te he preparado la ropa de mañana.
- ▶ Deja que abra yo el paquete de galletas. Tú no podrás.

Cuando nuestro hijo se esfuerza por superar un reto o un problema, es lógico sentir el impulso de ayudarlo. Sin embargo, si quere-



Los padres debemos apoyar las iniciativas de los niños.

mos ayudarlo debemos no ayudarlo en ese momento, como dice Haim G. Ginott. En ese momento nuestro hijo lucha para saber hasta qué punto es autónomo y su opinión sobre él mismo dependerá directamente de la frecuencia y manera en que le ayudamos.

CÓMO AYUDAR

¿Quieres saber cómo ayudar a tu hijo a ser autónomo?

La teoría está clara y la mayoría de vosotros estará de acuerdo con este planteamiento pero, ¿sabéis cómo conseguir que vuestros hijos sean más autónomos e independientes en la práctica? ¿Cómo se fomenta este hábito desde casa?

Casi todos sabemos que establecer tareas para cada uno de nuestros hijos en casa fomenta la responsabilidad (Carlos saca la basura, Clara pone la mesa, Javi compra el periódico cada fin de semana, todos se hacen su cama y tiran la ropa a lavar), casi todos sabemos que debemos graduarles las dificultades en función de la edad y capacidad madurativa, casi todos sabemos que hay que dejarles explorar, dejarles equivocarse, dejarles aprender por ensayo-error.

Si nuestro hijo es capaz de tomar sus propias decisiones en cada etapa de su vida y en proporción a su capacidad madurativa, si es capaz de asumir responsabilidades y de hacer las cosas por sí mismo acabará creyéndose un individuo competente y, de hecho, será un individuo competente. ▶

© solohijos.com

Elena Roger es pedagoga

RECOMENDAMOS

"25 ERRORES QUE COMETEN LOS PADRES Y QUE PODRIAN EVITARSE FÁCILMENTE"

Autor: Peter Jaksic, Editorial: Amat

Te recomendamos este libro porque está escrito pensando en los padres, en el día a día en casa, en lo que hacemos mal, en lo que hacemos bien y en lo que se podrá hacer todavía mejor. Peter Jaksic identifica en su libro 25 problemas con los que se enfrentan los padres con hijos de todas las edades sólo por el hecho de ser padres, problemas cotidianos que van desde la independencia y autonomía, pasando por la autoridad y disciplina o los celos entre hermanos. Es un libro que sensibiliza a los padres sobre determinados problemas que tienen o pueden llegar a tener en el futuro.

PARA SABER MÁS

- ▶ www.solohijos.com/SoloNews66
- ▶ www.padresehijos.org (especial convivencia)