



La Educación en Positivo

Como inicio de nuestro proyecto de formación, vamos a tratar un tema que está de actualidad, es la educación fundamentada en el refuerzo positivo y en la atención a todas aquellas conductas que son adaptativas.

En el actual momento educativo de tu hijo/a, es muy importante que entiendas, que es desde esta etapa cuando empiezas a establecer la dinámica que en casa quieres llevar como modelo educativo familiar. Dos máximas a tener presentes:

- 1.- Límites claros
- 2.- Evita rumiar

(repetir incansablemente las cosas)

Escuela de madres y padres

Cómo entender la Educación en positivo

Es el vehículo que facilita y contribuye a la hora de compartir sentimientos, ideas, escoger opciones, hacer preguntas, etc. ...

Tampoco debes olvidar que contribuye, a la vez, para generar un clima de respeto, retroalimentación y apoyo a tu hijo/a en situación de casa y fuera de ella.

¿Qué consecuencia tiene el uso de la educación positiva como vehículo para el desarrollo?

LA AUTONOMÍA E INDEPENDENCIA

INSTRUMENTOS PARA EL DIARIO

A.- Usa frases positivas para dirigirte a tu hijo/a.-

Ante realizaciones de tu hijo/a debes alentar y resaltar cuando lo hace bien, con frases del estilo "que bien estás recortando" o "que bien estás trabajando"...

B.- Eres modelo de tu hijo/a.-

Eres el modelo de tu hijo/a, piensa que cuanto hagas será un referente a seguir. A través de la observación, se aprenden actitudes, talante y formas de afrontar...¡recuerda que eres lo más significativo para tu hijo/a!...

C.- Ignora conductas poco adecuadas.-

En el caso que tu hijo/a, ejecute una conducta que no tiene riesgo para su integridad y sin embargo no es adecuado, ignora esa conducta. Por ejemplo, hace muecas en la mesa a la hora de comer, tu respuesta debe ser ignorar, así de esa forma no va a encontrar refuerzo y dejará de hacerlo. ¡Recuérdalo! ...

D.- Da opciones.-

Cuando juegues o cuando haya que tomar alguna decisión, dale a tu hijo/a varias alternativas, de esa forma tendrá que inclinarse por alguna de ellas y así le vas a fortalecer su propio criterio... ¡seguro que ya lo haces!

D.- Establece límites específicos.-

Si en un momento dado tienes que establecer un límite, debes hacerlo de forma fija e invariable, que tu hijo/a perciba que el límite es real.

E.- Expresar sentimientos.-

Permite que se expresen a nivel de sentimientos, ya sean estos buenos o malos, esto va a contribuir a que tu hijo/a sea consciente de ellos, y aprenda a conocerse a sí mismo...

F.- Proporciona alternativas.-

Ayuda a tu hijo/a a poner alternativas y soluciones a sus problemas, siempre que sean propios de su edad, eso va a contribuir positivamente en su autonomía...

G.- Utiliza el pero.-

Debes tener siempre presente que eres como padre o madre la persona que guía el proceso de educación de tu hijo/a, para ello es importante usar el "**pero**", de esa forma tu hijo/a sabrá que los demás que le rodean también tienen necesidades, así su perspectiva se abrirá frente al otro...

H.- Ojo con acusaciones como... "tu siempre eres el mismo", "todo lo haces mal"...etc...ten en cuenta que cuando tu hijo/a hace algo mal es algo puntual, no generalices a todas sus acciones....!recuérdalo!

Carlos Odón Ponce y Peña

www.psicoform.es

COMO MÁXIMAS PARA EL FUNCIONAMIENTO...

- 1.- Es importante **lograr un equilibrio** entre ser demasiado permisivo y demasiado restrictivo con tu hijo/a.
- 2.- Debes establecer **límites** que sean firmes y equitativos en casa.
- 3.- **Establecer normas** razonables y apropiadas, con instrucciones y órdenes claras... ¡Seguro que ya lo haces!
- 4.- Elogiar y estimular la **cooperación** en tu hijo/a.
- 5.- Ante las malas conductas, las **consecuencias** deben ser **consistentes y adaptadas** a su edad...

¡¡ Recuerda !!

**“IR EN UNA LÍNEA CLARA Y ESTABLE
SIEMPRE FAVORECE EL BIENESTAR
DE TODOS”**