

SESION 2 DE XUÑO

Se hai un tema incómodo para tratar cos fillos é o da sexualidade. Ter en conta a súa idade e o que poden dixerir, darlle a cada cousa o seu nome e establecer unha comunicación efectiva son claves.

Os adolescentes están bombardeados por imaxes de contido sexual, desenvólvense cada vez máis cedo e comezan a súa vida sexual de forma máis temperá. **Esta é unha realidade que non se pode negar e os pais deben asumir unha actitude consciente e estratéxica.**

O erro máis frecuente dos pais é crer que a sexualidade limitase só á reprodución e á xenitalidade, temas que teñen moi presentes polo temor a un embarazo ou ao contaxio de enfermidades de transmisión sexual. **Falar de sexo pode levar soamente uns minutos, pero a educación sexual é unha tarefa de toda a vida.**

Cando falamos de sexualidade, ten que ver coa familia, a sociedade, e varía de acordo coas persoas, a intelixencia emocional e claro está, coa parella que se escolla. É importante ter en conta que órgano sexual por excelencia é o cerebro, e polo tanto ten a capacidade de tomar decisións, así que a educación sexual debe partir de que os mozos e mozas teñan conciencia de si mesmos, **sexan responsables e se respecten, entre outros aspectos que pertencen ás catro dimensións básicas do ser humano: biolóxica, psicolóxica, cultural e social.**

Na dimensión biolóxica búscase que recoñezan o seu corpo e poidan falar con naturalidade del, dos procesos hormonais, do sistema reprodutor e identifiquen os cambios que sofren co paso dos anos.

A dimensión psicolóxica é ampla e complexa. Vai dende a definición da propia identidade, incluída a sexual, a súa relación co outro xénero; definir preferencias, actitudes, vínculos afectivos, enfrontar problemas como a chantaxe emocional, saber como responder ás situacións de conflito e poder identificar nos outros personalidades ou actitudes que poden facerlles dano. **Favorecer o desenvolvemento da solidariedade, do respecto polo outro, a honestidade, mesmo na súa relación cos amigos, é darlle as bases para relacións futuras.**

Educación en sexualidade tamén significa axudalos a construír un proxecto de vida. Pois, **a sexualidade pode ser o que ocupe toda a súa mente durante a adolescencia.**

Nas dimensións cultural e social, a mocidade debe aprender os códigos cos que se poderán mover na súa cultura e relacionarse de forma fácil e cunha comunicación fluída; o que é aceptado e o que lles vai supoñer problemas; e o que poden esperar ou non dunha interacción con alguén.

Podemos dicirlles aos mozos e mozas o que queiramos, pero o que ten realmente impacto neles é o exemplo. Tamén hai que analizar que valores se están a transmitir.

SESION 9 DE XUÑO

Os medos dos pais fronte ao paso a Secundaria

O tempo pasou demasiado rápido. Parece que foi onte cando os vosos fillos entraban no colexio, en Educación Infantil e choraban os primeiros días porque non quería separarse de vostedes. Nun abrir e pechar de ollos “graduáronse en Educación Infantil” e pasaron a Primaria. E agora, despois de nove anos, deixan o colexio para pasar a Secundaria. A infancia dos vosos fillos pasou voando.

Na nosa cultura occidente eliminamos todos os “ritos de iniciación”, eses que marcan o comezo de novas etapas vitais. Quizais o único rito de iniciación polo que segue a pasar toda a poboación é polo cambio a Secundaria que marca o final da infancia. Cando os vosos fillos pasan ao instituto nin eles queren que os consideren nenos, nin vós os seguides a considerar como tales.

1º. Adaptarase?

O primeiro dos medos do paso a Secundaria refírese a se o voso fillo ou filla se adaptará á nova etapa e instituto. Ese instinto de protección (de sobreprotección en moitos casos) deixase escapar. Saberá manexarse na nova etapa, cos novos profesores, co cambio de horario, nas novas instalacións?

2º. Que se deixe levar polos compañeiros

Outro dos medos do paso a Secundaria é que se deixe levar polos compañeiros, sempre en mala dirección. É unha ameaza real que pode suceder, porque os preadolescentes son gregarios e non soen ter a suficiente asertividade, nin o suficiente criterio para saber dicir “¡Non!”

3º. Que non supere os estudos

Para outros, o medo refírese aos estudos. Temen que a etapa de Secundaria se converta nun porto de categoría especial que os seus fillos non conseguirán coroar, sobre todo cando a etapa Primaria non se levou a cabo coas suficientes garantías. O medo a que o fracaso nos estudos se faga realidade neste momento das súas vidas.

4º. Que sexa vítima doutros mozos ou mozas

Un dos medos do paso a Secundaria máis potente, é o medo que se experimenta a que o voso fillo ou filla sexa vítima doutros mozos ou mozas. Vítima de acoso, de extorsión... Na Secundaria convivirán nenos de 12 anos, con rapaces de 18 anos ou máis.

5º. Que os profesores non o entendan

Hai unha lenda urbana sobre a etapa de Secundaria: os profesores nos institutos chegan, dan a súa clase e marchan... e o que queira aprender que preste atención e o que non, aguántase. Consideran que os seus fillos estiveron moi ben atendidos en Primaria, supervisados en todo momento, animados e apoiados polo profesorado, e temen que na nova etapa pasen ao abandono total por parte dos educadores.

6º. Que non podades axudarlle

Para outros pais, o temor basease na dificultade para poder continuar axudándolle nos estudos, polo feito de non dominar xa os contidos da nova etapa. Ata o de agora, con máis ou menos fortuna, axudásteslles cos deberes, nos traballos; pero os contidos da nova etapa, temedes que sexan demasiado difíciles para vós como pais.

7º. Que vos engane

As familias temedes que o voso fillo vos engane na nova etapa; é outro dos medos do paso a Secundaria. Que comece a mentirvos, que perdades o control do que fai, e de con quen o fai. O medo a vivir desinformados sobre o voso fillo ou filla.

8º. As súas dificultades

Por último, os pais con fillos con necesidades especiais tendes un temor engadido: que as dificultades do voso fillo ou filla non sexan tidas en conta, non saiban tratalo convenientemente, que deixe de estar atendido e quede no esquecemento.

Á marxe de que sexan ou non fundados, estes son os medos do paso a Secundaria que os pais soledes comentar ao rematar a etapa de Primaria.

É posible que haxa algúns máis, por iso vos animo a que os comentedes e como os afrontades, como pais, nesta nova etapa.

SESION 16 DE XUÑO

A mocidade ante os 4 retos da idade adulta: traballo, amor, sociedade e a lei

Os adultos con conflitos relacionados coa responsabilidade, xeralmente tiveron dificultades dese tipo na súa infancia e/ou adolescencia. A mellor prevención é a que se inicia na infancia, posto que o ser humano, como ser responsable, é o froito dun proceso evolutivo. O mozo responsable será un cidadán consciente e participativo no seu traballo, comunidade social, nas súas relacións familiares, etc.

Se a mocidade exercita a capacidade de asumir os seus propios actos e de ir creando unha escala de valores éticos, diferenciando o aceptable do que non o é, repercutirá na súa vida adulta. Repasemos catro elementos aos que unha persoa deberá facer fronte cara a idade adulta:

O traballo

O tipo de traballo que fan os pais, e os seus sentimentos respecto a el, influirán no mozo ou moza. Os pais deben aconsellar, xunto cos profesores, aos seus fillos, pero sen decidir por eles. Na actualidade a adolescencia foise alargando, retrasándose a inserción ao mundo laboral, polo que os fillos dependen materialmente dos pais moito máis tempo. Dita situación pode xerar unha “estabilidade” ou comodidade no ambiente familiar, onde o adolescente ten resoltas as súas necesidades sen buscar a súa propia independencia profesional. As dificultades e a competitividade do mundo laboral poden desembocar nunha inhibición por parte do adolescente, ao crer este que conseguir un traballo é case imposible. Encontrar a profesión que se desexa e o punto medio de equilibrio non que se espera dela, será o camiño a seguir de cara ao futuro.

O amor

A adolescencia é o momento crucial para a aparición do amor. As súas características emocionais e psíquicas son un caldo de cultivo idóneo para o seu florecemento. A tendencia a idealizar ás persoas, a súa entusiasta fusión estética con outras almas xemelgas, o espertar da sexualidade, o seu romanticismo e fantasía, a súa incerteza e insatisfacción, levan ao adolescente ao encontro do amor. Os mozos e mozas vivirán o amor en función das súas experiencias, froito das relación cos seus pais, pero terán que instaurar as súas propias condutas e valores, diferentes aos dos seus proxenitores.

A sociedade

O adolescente toma conciencia do que fai e revisa os valores anteriores, pertencentes á súa nenez. O adolescente terá que configurar no futuro a súa propia concepción do mundo e crear a súa propia escala de valores. Defenderá ou atacará opinións políticas co obxectivo de demostrarse a si mesmo a súa independencia.

A lei

Durante a adolescencia os mozos e mozas pasan de crer nun idealismo político, no que non se preocupan demasiado por se a lei ten efectos prácticos, a unha concepción da lei como produto humano que debe configurar a súa concepción

da vida e permitir a súa realización como adultos responsables dentro da sociedade.

SESION 23 DE XUÑO

O verán

O verán é un momento que se pode converter nun tempo ideal para estar en familia ou nunha tortura para os pais, sobre todo cando as vacacións destes non coinciden coas dos seus fillos. Os nenos anhelan estas vacacións, xa que as ocupan para despexarse do estrés escolar, para ter novas experiencias, coñecer cousas novas e por que non, achegarse máis aos seus pais. A fin de evitar que o neno se aburra durante as vacacións de verán, e por consecuencia busque que facer e que estas actividades propicien “trasnadas ao por maior”, descontrol e caos no fogar..., é conveniente formalizar de antemán unha planificación para que realmente este sexa un período de crecemento, relaxación e achegamento.

TAREFAS NO FOGAR. Os nenos deben ser conscientes de que non por estar de vacacións xa non teñen obrigas: o arranxo diario da súa habitación, así como algunha outra actividade asignada polos pais non debe faltar, como por exemplo, recoller e sacar o lixo, ordenar os xoguetes... Involucrar aos nenos nas labores do fogar, que eles sintan que son tomados en conta, e que esas labores non son aburridas, senón máis ben divertidas: ensinalles a cocinar e que preparen o almorzo ou a cea; ensinalles a lavar o coche; regar as plantas; a reciclar...

CAMPAMENTOS DE VERANO. Os campamentos de verán e os cursos son unha opción. Pero hai detalles importantes nos que nos debemos fixar antes de elixir un, non todos valen para todos os nenos.

CLASES DE VERÁN. Se o noso fillo presenta retraso nalgunha materia escolar (inglés, matemáticas...), pode ser un bo momento para “poñerse ao día”. Despois de pasados os dez ou quince primeiros días de verán, nos que o neno desconectou e non fixo tarefas escolares, pode iniciarse un plan de reforzo que debería rematar tamén uns dez ou quince días antes de que empece de novo o curso, para que o neno comece o colexio con ganas.

OUTRAS IDEAS. Buscar tarefas que impliquen unha aprendizaxe de destrezas de maneira entretida e nas que non se requira da supervisión continua do adulto, por exemplo: deportes, excursións ou saídas, sendeirismo, bicicleta, ir ao parque... Manualidades: debuxar un cómic, facer un collage... Xogos de mesa, Xogos individuais, Uso do ordenador con control e dependendo da idade...

GOZAR EN FAMILIA. Pasalo ben en familia é o obxectivo das vacacións. O tempo compartido en familia enriquece a relación familiar e fomenta o vínculo afectivo entre os membros da familia.

OUTROS NENOS. Asegurarse de que hai outros nenos máis ou menos da mesma idade que os nosos para xogar.

SEN HORARIOS. Non angustiarse con horarios nin rutinas estritas nas viaxes. Non pasa nada se un día comen máis tarde, non se bañan ou se deitan a horas intempestivas.

ACTITUDE POSITIVA. O optimismo é contaxioso. Se deixamos os abafos, o estrés, os reproches innecesarios, contribuiremos a crear un mellor ambiente familiar.

SESION 30 DE XUÑO

Dramas e castigos eternos. *Estas son as respostas paternas máis frecuentes -aínda que non as máis idóneas- ante os suspensos que os nenos traen a final de curso. Se o voso fillo se presenta con malas notas, falade con el, buscade as causas e tomade medidas reflexivas. Tendes todo un verán para lograr o éxito escolar.*

Chega o bo tempo, as saídas ao campo, os días de piscina... ¡e as vacacións escolares! Non é estraño, pois, que xuño sexa o mes máis esperado por todos os nenos. Por todos? Quizais non tanto polos que temen un boletín de notas con algún suspenso, e menos aínda polos que saben que ese feito provocará un desgusto –ás veces esaxerado- nos seus pais.

Como actuar entón? Son aconsellables os castigos? Funcionan as clases de reforzo? Toda a familia debe quedarse sen vacacións? Os suspensos presentan un problema que esixe buscar causas e tomar decisións baseadas na reflexión e o diálogo. Os dramas non axudan, e un suspenso nas notas non é o primeiro paso cara o fracaso escolar, como cren algúns pais. Recorda que o verán dá para moito. Tamén para que os pequenos melloren os seus resultados académicos sen renunciar ao descanso e á diversión que todo neno necesita.

Nada de fracaso

Porque non é tan inconcibible pensar que, se ao neno non lle custa aprobar todas as materias nos primeiros ciclos da ensinanza, seralle máis difícil facelo a medida que pase de curso e aumente o nivel de esixencia. Sen embargo, esta relación tampouco é unha ecuación exacta que deba poñer á familia en alerta, porque fracaso non é o mesmo que malas notas, e porque este último concepto é moi subxectivo: responde a moitas interpretacións; depende da persoa que xulgue ese expediente; para un pai, tres suspensos “non están tan mal”, e para outro, un só suspenso xa supón un serio problema.

De calquera forma, recoméndase non darlle tanta importancia a un expediente académico, que case nunca reflicte a realidade escolar dun neno. “Hai que ter en conta moitos factores, como a evolución do pequeno ao longo de varios cursos, as súas dificultades en casa ou no colexio...”.

Localizar o problema

Son moi diversos os motivos que levan a un neno a suspender, e que dan lugar a varias concepcións diferentes do problema.

- Fracaso escolar transitorio: ocorre cando o rendemento escolar do neno, que sempre foi normal, baixa repentinamente. “As causas poden ser unha nova materia que lle resulta difícil, unha mala conexión cun profesor ou unha baixa motivación por ter outros intereses ou algún problema persoal puntual”.

- Rendemento escolar insatisfactorio: refírese aos casos de alumnos que renden por debaixo das súas posibilidades, xa sexa porque deciden non explotar ao máximo as súas habilidades ou porque o seu criterio avaliador é diferente ao do profesor.

Erro a evitar

- Expectativas altas: todos os pais desexan o mellor para os seus fillos, pero algúns queren que sexan os máis intelixentes, os primeiros no colexio, que aprendan idiomas, ballet, tenis... Son pais esixentes, que teñen unha expectativas demasiado elevadas, e se o neno se presenta cun só suspenso...
- Menosprezar ao neno: hai que evitar regañarlle con frases do tipo “es un vago”, “outra vez suspendiches”, “cando eu tiña a túa idade”... Iso só rebaixará a súa autoestima, crearalle ansiedade mentres espera as notas e lle desanimará de cara a novos exames.
- Comparación con outros nenos (irmáns, curmáns, compañeiros...): cada neno é único e, poñer como modelo de conduta a outro, non vai facer que lle imite, senón que teña celos e se sinta inferior.
- Castigos eternos: os castigos longos, ademais de difíciles de cumprir, poden perder eficacia, porque ao cabo do tempo o neno acaba esquecendo a causa que levou aos seus pais a castigarlle.