



“Educar para el esfuerzo”

Ponente: Arantxa Belastegui (psicóloga)
Miércoles, 9 de noviembre de 2005

¿Qué es educar?

- Educar es ayudar al niño para que tenga capacidad de elegir (no de hacer lo que le dé la gana). Es un proceso que debe estar encaminado hacia la autonomía, hacia la asunción de elecciones responsables.
- La familia es el primer contexto educativo y el que más importancia tiene.
- Nos encontramos en una sociedad paradógica: todo tiene que ser fácil, no costar, sin esfuerzo incluso en lo académico. La sociedad actual es hedonista se va tras la satisfacción personal, inmediata.
- Educar es un compromiso y una obligación de los padres.
-

Este camino es un proceso hacia:

La autonomía es necesario desarrollar tres aspectos fundamentales:

1. Esfuerzo (energía en empeñarme, no vale el yo soy así, no me sale y me conformo, esto no va conmigo...)
2. Voluntad (el esfuerzo se dirige hacia algo)
3. La tolerancia a la frustración.

La felicidad de nuestro hijos no consiste en no tener problemas sino en ser y sentirse capaces de solucionar y enfrentarse a los que se le presentan en su vida cotidiana. Cuidado con resolvérselo todo. Le estaremos dejando sin armas para el futuro.

Este proceso se da desde el comienzo. No debemos pensar que son pequeños y que ya aprenderán.

Con qué contamos:

- **Las estrategias educativas**
- **El refuerzo (cuidado con fijarnos solo en lo que no está o está mal. Hay que fijarse en lo bueno y recalcarlo. Ellos necesitan sentir que estamos satisfechos y así repetirán.**
- **Necesitan de un control-guía, de una referencia.**
- **Comunicación en casa en un clima de cariño, amor y escucha. Debemos darles mensajes claros y coherentes. Hay que estar de acuerdo los dos padres. Ser coherentes nosotros con nuestras actitudes y sobre todo redundantes. Ellos son muy persistentes y lo intentan una y otra vez.**

Para instaurar hábitos hay que ser perseverantes. Ellos siempre buscan y encuentran el matiz.

PAUTAS DE RIESGO

- **Disciplina incoherente**
- **Disciplina colérica, explosiva.**
- **Bajo implicación y supervisión.**
- **Disciplina rígida e inflexible.**

PALABRAS CLAVE

- **Coherencia**
- **Perseverancia**
- **Flexibilidad**

Lo importante es pensar sobre las cosas que vemos que no funcionan e intentar mejorar.