

Lo + leído

Noticias de Educación en Prensa

Resumen Semanal

Nº 1

[Óscar González. Padres con Talento. «Las familias y la escuela necesitan compartir y no competir»](#)

La Razón

[“Diez razones que hacen del juego la mejor extraescolar para tu hijo”](#)

La Vanguardia

[“Claves de los educadores para empezar con buen pie el curso académico”](#)

ABC

[“Prevenir el acoso escolar desde el minuto cero”](#)

El País

 [@COFAPA](#)

 [Cofapa Confederación Apas](#)

[www.cofapa.net](#)

Óscar González. Padres con Talento

«Las familias y la escuela necesitan compartir y no competir»

-¿Cuáles son los principales retos de los padres y madres del S.XXI en la educación de un hijo?

-Los padres de hoy, en términos generales, nos encontramos realmente agobiados, perdidos y desorientados. Afrontamos nuestra tarea educativa cargados de miedos, dudas e inseguridades preguntándonos constantemente si lo estaremos haciendo bien. Otros, afirman directamente no saber qué hacer con sus hijos... La sociedad actual tampoco nos facilita las cosas: excesivas obligaciones, dificultades para conciliar familia y trabajo, un ritmo de vida acelerado y un largo etcétera. Vivimos en una sociedad en la que los cambios son tan rápidos que nos impiden educar con calma y serenidad. Es urgente y necesario cambiar esta dinámica si queremos vivir y disfrutar al máximo de esta experiencia única. Los padres del siglo XXI necesitamos herramientas del siglo XXI para educar y disfrutar haciéndolo. Ya no sirve hacer lo que hicieron con nosotros, no podemos pretender educar a nuestros hijos como nos educaron a nosotros.

-¿De qué manera pueden los padres implicarse con la escuela en la educación de sus hijos?

-Creo que hay múltiples formas de hacerlo y son todas muy sencillas: preocuparnos por lo que ocurre en el centro donde estudian nuestros hijos, acudir a las actividades que éste organiza, asistir a las reuniones tanto individuales como colectivas que convoca el profesorado, aportar ideas e iniciativas que sirvan para mejorar la escuela, mantener una comunicación fluida con el profesorado del centro, etc. Para que esto sea una realidad los centros educativos deben permitir esta implicación y mostrar una actitud de apertura permitiendo que los padres se sientan protagonistas y miembros de una auténtica comunidad educativa cosa que no siempre ocurre. Como siempre afirmo: «las familias y la escuela necesitamos compartir y no competir». Y todos tenemos que poner de nuestra parte para que esto sea una realidad.

-El eterno dilema de si las redes sociales y las nuevas tecnologías son dañinas o beneficiarias para los niños... ¿Qué piensa? ¿Deben los padres limitar el uso de estas a sus hijos?

-Este es un tema delicado pero que es necesario abordar con seriedad. Ni las redes sociales ni las nuevas tecnologías son dañinas para los niños sino el uso que se hace de las mismas. La brecha digital entre padres e hijos dificulta el control parental, ya que los padres consideramos que es difícil conocer las nuevas tecnologías porque avanzan y crecen de manera exponencial pero tenemos la obligación de estar al día para poder orientar, guiar y acompañar a nuestros hijos en esta faceta tan importante de sus vidas. Por eso considero que no se trata de prohibir sino de educar en el buen uso de esta tecnología: es necesario enseñar a nuestros hijos a utilizar de manera útil estas tecnologías así como la información a la que acceden. Somos los padres son que debemos ofrecerles esta educación

tecnológica, sin excusas. Pero siempre desde el sentido común: no podemos poner un smartphone en mano de un niño de 7 años como si nada. Hay un momento y una edad para cada cosa y estamos adelantando etapas... Mucho cuidado. Siempre doy el mismo consejo a los padres: deja de preocuparte por este tema y empieza a ocuparte.

- Como experto... ¿Piensa que es recomendable dejar llorar a los niños en sus primeros años de edad? ¿Hay peligro de que esto les cree un trauma?

-Para nada, y sobre todo mucho menos cuando es un bebé ya que el llanto es su lenguaje, la única forma de llamar la atención del adulto. No debemos interpretar el llanto como algo que el niño hace para molestarnos sino como un acto comunicativo. Cada vez más, los científicos asocian el estrés en la infancia y niñez con el elevado número de adultos que sufren trastornos de ansiedad y depresivos a partir de la adolescencia. Por ejemplo, si dejamos que el bebé llore a solas: elevados niveles de hormonas tóxicas inundan su cerebro, se activan circuitos de dolor en el cerebro exactamente como ocurriría si el bebé sufriera dolor físico, etc.

-Regañar... ¿Cómo se debe regañar a un hijo cuando hace algo mal sin dañar su autoestima? ¿Cuál tiene que ser el límite?

-Por supuesto que podemos y debemos regañar al niño cuando hace algo mal pero siempre buscando lo mejor para él: queremos que aprenda y mejore. Y no se puede aprender desde la imposición. Disciplina no es castigo pero ésta siempre ha de tener un sentido y un propósito: jamás debe ser impuesta ni debe dañar al niño. Para que la disciplina sea respetuosa y no rebasar el límite debes contestar con sinceridad estas tres preguntas: ¿Te gustaría que te lo hiciesen a ti? ¿Le ayuda a tu hijo a mejorar? ¿Mejorará tu relación con él o la dañará?

“Diez razones que hacen del juego la mejor extraescolar para tu hijo”

Septiembre es el mes de elegir extraescolares. Forzados por los horarios laborales o impulsados por el afán de convertir a sus hijos en adultos super preparados, muchos padres se esfuerzan estos días en seleccionar –y encajar en la agenda– las actividades que harán los niños al salir de clase. La oferta es cada vez más amplia, variada y cautivadora, pero también son más las voces que insisten en que la mejor extraescolar, la más educativa y la que más prepara para la vida adulta es el juego. Y en la medida de lo posible, el juego libre, entre iguales.

Maestros, pedagogos y psicólogos advierten que la agenda de muchos niños va sobrecargada, que la práctica totalidad de su jornada está pautada y ocupada por actividades dirigidas y supervisadas por adultos, y que en esas planificaciones a menudo no se incluye un tiempo para jugar por más que el juego está considerado “una necesidad vital” de la infancia, como respirar o comer.

Imma Marín, consultora especializada en juego y educación y directora de Marinva, enfatiza que el juego se ha convertido en un bien escaso aunque nunca como ahora se habían conocido sus beneficios y contribuciones al desarrollo infantil. Esta misma semana, la sección de Psicología del Desarrollo de la Sociedad Británica de Psicología, se hacía eco, en su conferencia anual, de un estudio de la Universidad de Oxford Brookes que vincula la participación en juegos de fantasía con el pensamiento creativo.

“Se buscan actividades extraescolares formativas porque se proyecta en los niños la necesidad de ser adultos muy preparados, pero en el juego aprenden un montón de habilidades sociales y de creatividad que seguro les harán falta en el futuro, sean cuales sean sus trabajos”, opina la antropóloga de la educación Petra M. Pérez. Y recuerda que jugando los niños ponen en marcha la imaginación, se plantean objetivos, tienen que pactar, cumplir normas, aprender a esperar, a ponerse en el lugar de otros...

“Los papás buscan ocupar a los niños con actividades que les resulten útiles sin reparar en que jugar no es una pérdida de tiempo, que hay muchos aprendizajes en el juego libre, además de los que facilita cada juego concreto”, agrega Marín.

Mejora la autoestima. Poder organizarse de forma autónoma, superar retos (incluido el aburrimiento), saltar un obstáculo o ganar una carrera sin ayuda de adultos, produce satisfacción en los niños y les enseña a resolver situaciones inesperadas.

Es creativo. El juego admite el error, lo irreal, las incongruencias, inventarse lugares, personajes o situaciones... Y así potencia la imaginación, la creatividad, la innovación.

Transmite valores. Probar una y otra vez hasta dominar el patinete implica perseverancia. Jugar con otros niños exige negociar, pactar y, a veces, relegar los propios intereses.

Socializa. Jugar supone aceptar las normas –ya sean las de un juego de pelota, una competición de cromos o una persecución de policías y ladrones–, acordar quién regulará las trampas, saber resolver conflictos, tomar decisiones en función de ciertos liderazgos o de la mayoría... Se aprende a interactuar con otros: a escuchar, a discutir, a pelearse y a reconciliarse.

Fomenta el autocontrol. Jugar entre iguales obliga a aceptar los límites que los demás imponen y a canalizar la frustración sin agresividad, porque si no aceptas las reglas o no te comportas de forma adecuada los otros niños te dan de lado y no juegan contigo.

Fija los aprendizajes. Jugar permite a los niños asimilar y poner en práctica los conocimientos adquiridos, experimentar por sí mismos lo que en la escuela o en casa les han contado y también descubrir cosas nuevas.

Favorece la comunicación. Mientras los niños discuten sobre a qué jugarán, piensan y comentan la historia, reparten los papeles y se organizan para poner en marcha el juego, aprenden a expresarse y trabajan el lenguaje.

Da agilidad. Los juegos infantiles contribuyen a desarrollar actividades psicomotrices de todo tipo y muchos de ellos también trabajan la agilidad mental.

Desestresa. Jugar proporciona placer y satisfacción, favorece la descarga de tensiones y da la oportunidad de expresar sentimientos y emociones de una forma más fluida que en otros contextos. Jugando uno puede hacer tonterías, equivocarse sin miedo al castigo, sin presión por un posible error.

Enseña. El juego es un ensayo para la vida adulta. Y no sólo el juego simbólico, es decir, cuando se juega a mamás y papás, a comprar y vender, a pasear a las muñecas, a médicos, o a maestros. También se ponen a prueba recursos que serán fundamentales al crecer mientras se pactan los límites para jugar al escondite, cuando se discute porque alguien ha hecho trampas o se reparten tareas para hacer una cabaña o un castillo de arena.

“Claves de los educadores para empezar con buen pie el curso académico”

Los padres tienen mucho que ver con la motivación con la que sus hijos realizan el curso escolar. Comenzar en septiembre no es fácil porque los niños pasan del mar o el aire libre de la montaña al aula, una transición que no siempre es sencilla. Para allanar el camino, Enrique Escandón, director técnico de Infantil y Primaria del Colegio Joyfe, recomienda que los niños empiecen, al menos con cuatro días de antelación, a adaptarse a las nuevas rutinas que exige ir al colegio; es decir, que se levanten antes, que cenén más pronto y se acuesten más temprano para que su cuerpo se vaya habituando.

Pero además del cuerpo, también conviene que la mente vaya calentando motores. «Para ello, es muy positivo que días antes de ir al colegio se les anime a leer un libro para que vayan centrando más su atención y concentración en la lectura. Y que escriban algo –advierte Escandón–. No es una exageración afirmar que muchos alumnos empiezan el curso y no se acuerdan de cómo se coge el lápiz, ¡menos aún de multiplicar!».

Otra forma de ayudarles a que se hagan a la idea de que se acerca el gran día –sugiere– «es hacerles partícipes de la compra de los libros, el material escolar, el uniforme... y verlos juntos en casa».

Todo ello no presupone que los primeros quince días de colegio siempre sean complejos porque implican un cambio muy brusco, sobre todo para los que van a clase por primera vez o para los que cambian de etapa. «En las primeras semanas nos centramos más en que conozcan a los compañeros con los que van a formar equipo, no solo su nombre, sino sus gustos, aficiones, cómo se comportan... ya sus profesores, quienes les explicarán cómo será el funcionamiento del curso para que sepan qué es lo que van a hacer en los próximos diez meses y ganen en seguridad», apunta el director técnico de Joyfe.

Fernando Alberca, profesor de Magisterio en la Universidad de Córdoba, profesor y orientador en un centro de Secundaria y director de un equipo de rendimiento escolar y talento, explica que el hábito de estudio puede comenzar en septiembre «toda rutina empieza un día, cuando el día anterior no se tenía».

Este especialista recomienda a los alumnos que no piensen que tienen por delante nueve meses de

esfuerzo. «Es mejor concienciarse de que el curso acaba en diciembre y que dura solo tres meses: octubre, noviembre y la mitad de septiembre y la mitad de diciembre. Es conveniente centrarse desde el principio en estudiar a tope porque en octubre se habrá consumido un tercio del curso y en noviembre más de la mitad. Si sacan buenas notas en diciembre, en ellas se encuentra la gasolina que les permitirá seguir estudiando desde enero. Pensar que el curso dura nueve meses, alimenta el retraso a ponerse a hincar los codos, excusado en que el curso es muy largo: el resultado es que las notas de diciembre no serán muy buenas y en enero no tendrán casi combustible para estudiar».

El problema, según este experto, está en que hay que aprender a estudiar. «Antes de ponerse a hacer algo hay que saber cómo se hace, al menos, cómo se empieza. Normalmente muchos alumnos y alumnas pasan Primaria y Secundaria en España sin que nadie les enseñe a ello. Tanto padres como profesores les dicen: “ponte a estudiar”, “estudia más”... Sin embargo, pocos se han preocupado de decirles cómo se graban los conocimientos de una pregunta, cómo se mantienen y buscan en la memoria o cómo se desarrollan esos contenidos en un examen». También es muy positivo revisar la agenda, comunicarse con el colegio, acudir a las tutorías y, en definitiva, tener un contacto con el centro para saber la progresión académica del niño en cada momento del curso escolar.

Una vez que ha comenzado el colegio, Enrique Escandón recomienda que los progenitores hagan un esfuerzo los primeros días «por ir a buscar a sus hijos a la salida del centro o a las paradas de las rutas». De esta forma entenderán que no están solos y que sus padres están implicados con ilusión en esta nueva etapa. «Deben recibirles con una gran sonrisa y mostrándoles interés por lo que han hecho durante el día. No vale con un “¿qué tal el cole?” al que ellos contestarán con un escueto “bien”. Hay que preguntarles por qué clases ha tenido, qué tal el profesor, qué ha aprendido, lo que ha comido, con quién ha jugado en el recreo, si se ha sentido contento, qué es lo que menos le ha gustado... Los niños sentirán que los padres se interesan y les darán a entender que se preocupan y que el colegio es algo importante. Eso les motivará».

Los docentes apuntan que España tiene el «inconveniente» de que en septiembre aún hace muy buena temperatura y las piscinas están abiertas, lo que invita a la dispersión. Por eso el comienzo de curso siempre tiene que ser progresivo y de adaptación para que aún tengan tiempo de disfrutar de algunas actividades propias del verano como es bañarse o jugar con sus amigos en el patio de su casa. Los deberes al comienzo son muy «ligeros», más bien de repaso inicial para que no les suponga un gran esfuerzo desmotivador.

Durante esos meses, las familias tampoco deben bajar la guardia. Aunque los niños se hayan planteado como propósito del nuevo curso sacar buenas notas, los padres deben apoyarles y motivarles para que lo consigan. Estudiar un poco cada día ayuda a asimilar mejor los conocimientos y permite detectar aquellas áreas que resultan más complicadas, plantear y solucionar dudas y profundizar en ellas antes de que llegue el momento del examen. Hay que asegurarse de que dedican un rato al día a hacer sus deberes y a estudiar lo aprendido en las clases de la jornada. Así se conseguirá que se multipliquen sus posibilidades de éxito a final de curso.

“Prevenir el acoso escolar desde el minuto cero”

El acoso escolar es una realidad en nuestro país. Y además, es un problema que crece cada año en torno a una misma pauta de comportamiento: la falta de respeto. Parece difícil educar a nuestros hijos en valores cuando en la televisión, en la radio, en las redes sociales se representa el insulto y la rabia como algo normal. El acoso escolar o *bullying*, que puede llevar, en casos extremos, a la muerte del menor, debe ser erradicado.

Esta lacra afecta al 4 % del alumnado, según datos del Ministerio de Educación, que pondrá en marcha este curso 2016-2017 un teléfono gratuito, atendido por psicólogos y que no deja huella telefónica, similar al que está habilitado para combatir la violencia machista, según anunció el Gobierno el pasado agosto. El servicio será también accesible para personas con discapacidad.

La Fundación ANAR, asociación que ayuda a niños y adolescentes en riesgo, dispone del teléfono 900 20 20 10, "número al que los estudiantes pueden llamar con toda la libertad y en el que se aconseja a las víctimas que den a conocer su situación a la familia y al entorno de amigos para que le puedan ayudar", según explican en su web. En el año 2015, su último informe, esta organización atendió 369.969 peticiones de ayuda en toda España, de las que 25.000 referían a algún tipo de violencia escolar. Estos casos crecieron un 75% con respecto al año anterior.

Atajemos el acoso desde el primer día de clase (o antes)

Prevenir el acoso escolar es una labor que los padres deben comenzar en casa. “Deben educar en empatía a su hijo, a ponerse en el lugar del otro; es importantísimo que el pequeño se acepte cómo es y que se guste. Debe aprender a asumir sus defectos”, explica Silvia Álava, psicóloga, escritora y directora del área infantil del Centro de Psicología Álava Reyes. “Además, tienen que trabajar la comunicación asertiva con él, que es aquella que 'me permite respetarme a mí mismo, respetando siempre a los demás'. Que me ayuda a expresar lo que siento, sin herir a nadie”, prosigue Álava.

Una cuestión también importante es trabajar la relación de confianza con el menor. Muchos pequeños tardan en contar lo que les está ocurriendo, por vergüenza o por miedo. “Si les transmitimos que vamos a entenderles, que les escuchamos, que comprendemos sus problemas, que pueden confiar en nosotros, será mucho más fácil que, si está ocurriendo algo, nos lo cuenten”, añade.

Además, existen algunas pistas que podemos observar en el hogar, en caso de que el niño esté inhibido o sea muy introvertido. “No son síntomas, pero pueden ayudar”, recalca Álava. “Por ejemplo, si el niño está más triston, si, de repente, sufre cambios drásticos de conducta, como comer mucho o dejar de hacerlo, no puede conciliar el sueño, etcétera. Pero, sin duda, la clave más importante es si, de forma reiterada, el pequeño expresa que no quiere ir al colegio. Repito no son síntomas, son pequeñas pistas”. En el colegio también se pueden dar cuenta de que algo raro pasa. Normalmente, estos menores suelen estar aislados en el patio, en los cambios de clase y su material escolar, sus libros o sus gafas aparecen rotos.

Hay veces en las que los padres se deciden por un cambio de colegio y esto no soluciona nada. Cada niño es un mundo. La experta explica que si el niño solicita de forma reiterada este cambio de centro, hay que pensarlo, aunque “tampoco se trata de decirle al pequeño que tiene que aguantar”. El niño necesita contar con habilidades socioemocionales. Los padres deben conseguir, con la ayuda del colegio y en algunos casos de un especialista, que sus hijos sean autónomos, que se sientan seguros y asienten unas bases de comportamiento que consigan que el niño se respete y respete a los demás”, explica la experta.

Cómo actuar cuando sabemos lo que ocurre

“Lo primero que hay que tener en cuenta es que hay que trabajar tanto con los padres del acosado como los del acosador. Normalmente, enfocamos solo los esfuerzos en ayudar a la víctima, pero no reeducamos al acosador, lo que puede llevar a que esta situación se dé con otros niños, que se repita”, explica la experta.

La colaboración del colegio es fundamental. “Casi todos los centros cuentan con un protocolo de actuación en el que se activan distintos puntos que afectan al profesor y a los alumnos, entre otros entornos. No hay que olvidar trabajar con los testigos mudos, que son aquellos que han visto lo sucedido y no lo cuentan. Muchas veces ellos tienen la clave”. Y lo que está claro es que ante cualquier agresión verbal o burla, los docentes deben cortar la situación desde el minuto cero, a través de la enseñanza en valores como la empatía, la solidaridad y el respeto a los demás”, subraya esta psicóloga.

“Con todo esto, con esta preparación previa, el alumno puede sentir que tiene herramientas y puede enfrentar el problema. Y si ha sufrido acoso, con todo esto, puede tener una nueva oportunidad y creer que las cosas pueden cambiar. Que se siente fuerte”, concluye Álava.

Cuando le regalamos un móvil a nuestro hijo, ¿somos conscientes de cómo lo usa? ¿Sabemos a los sitios que entra? ¿Con quién se comunica? Una última encuesta elaborada por S2 Grupo, especializada en ciberseguridad, asegura que no. Según este informe, el 75% de los padres no hace ningún tipo de control parental del móvil de sus hijos y el 29% regaló a su hijo un *smartphone* antes de los 12 años. “Los padres no podemos olvidarnos de que también debemos ejercer nuestra función de cuidado en el entorno de las nuevas tecnologías”, ha destacado, en un comunicado, Miguel A. Juan, socio-director de S2 Grupo.

