



*centre de psicologia,
assessorament personal
i salut*

Estratègies Educatives

Roger Puigdecamet

“L’educació ha perdut valors
fonamentals com són l’esforç i la
disciplina”

Victòria Camps (29/09/08)

Filòsofa i escriptora.

Autora del llibre: “Creure en l’educació”.

CONSIDERACIONS FONAMENTALS

- Educar és ajudar a ser lliures.
- Educar és ajudar a créixer interiorment, a madurar.
- Ser pares significa esforçar-se per comprendre, respectar i enriquir als fills.
- L'ambient que creem a casa és fonamental pel bon desenvolupament dels fills.
- L'exemple i la conducta dels pares seran la gran influència als nens.
- Per tant, la formació dels pares i mares és imprescindible.

ALGUNS PROBLEMES ACTUALS DELS NENS/ES

- Són desobedients.
- Responen malament.
- No tenen suficient solidaritat.
- No respecten prou als altres.
- Són agressius.
- Els falten hàbits sans (menjar, son, neteja, ordre,...).
- Tenen massa mals hàbits (TV, internet, mòbil,...).
- No estudien: baixa el rendiment acadèmic.
- Presenten dèficits d'atenció i motivació.

CAUSES GENERALS DE LA PROBLEMÀTICA ACTUAL:

- Mala transmissió de valors i actituds
- Falta de disciplina
- Falta de cultura de l'esforç (tolerar patiment)
- No acceptar tenir problemes o fracassos
- Mala identificació i resolució de problemes
- Excés de permissivitat
- Pèrdua d'autoritat

PER QUÈ HEM ARRIBAT A AQUÍ?

- Pel rebuig TOTAL a la manera d'educar d'abans (autoritarisme).
- Per voler eliminar la distància entre els pares i els fills; entre els mestres i alumnes.
- Per la manca de temps dels pares en educar els seus fills.
- Per la manca de constància en aplicar les normes.
- Pels grans canvis socials i culturals dels últims anys: *crisi de valors*.

ALGUNS DELS VALORS EN CRISI:

- ❖ Empatia
- ❖ Tolerància
- ❖ Compromís
- ❖ Respecte
- ❖ Esforç
- ❖ Disciplina
- ❖ Responsabilitat
- ❖ Esperit crític (*criteris propis*)

ALTRES MOTIUS PELS QUALS ELS NENS ACTUEN AIXÍ:

❖ Busquen afecte

❖ Busquen atenció

ESTILS EDUCATIUS FAMILIARS

- Autocràtics: Els pares imposen sense donar explicacions.
- Autoritaris: Els pares imposen donant explicacions.
- Participatius: Els fills participen de la presa de decisions però els pares tenen la última paraula.
- Igualitaris: No hi ha diferència de papers entre fills i pares.
- Permissius: Els fills solen prendre més les decisions
- Molt permissius: Els fills prenen totalment les decisions

ESTIL RECOMANAT I PER QUÈ:

Estil participatiu:

- Es formen fills amb confiança amb si mateixos, amb bona autoestima i independència responsable.
- Aprenen a prendre decisions i a disfrutar els encerts i acceptar els errors.
- Es senten estimats i consideren lògiques i raonables les idees/ normes dels pares sobre com s'han de comportar.
- S'estableix una relació basada en l'amor i el respecte mutu.

QUÈ HEM DE TENIR EN COMPTE?

- Que la responsabilitat primera en l'educació dels nens és dels pares.
- Que la major part del comportament dels nens pot ser modificat a través *d'estratègies de modificació de conducta*.
- Que les **EXPECTATIVES** dels pares cap als fills han de ser realistes.
- Que unes bones normes a casa afavoriran una bona conducta a l'escola.
- Que és aconsellable tenir els mateixos criteris/valors a casa i a l'escola (i que hi hagi *comunicació* entre les parts).

PAUTES GENERALS PER EDUCAR ALS FILLS/ES:

- IMPRESCINDIBLE que el pare i la mare “vagin a la una”.
- Actuar com a models.
- Explicar els motius de les normes: RAONAR
- NEGOCIAR / IMPOSAR / inculcar normes.
- Traspassar progressivament responsabilitats.
- Establir una bona comunicació.
- Ser un exemple de resolució de problemes.
- Establir estratègies de modificació de conductes.
- Ajudar-los a entrenar i millorar les habilitats socials.
- Potenciar i millorar l'autoestima del nen/a.

PER QUÈ ÉS TAN IMPORTANT TENIR UNA BONA COMUNICACIÓ AMB ELS FILLS?

- S'afavoreix un bon clima familiar
- Dóna seguretat, alegria i comprensió
- Disminueix les tensions familiars
- Es pot debatre i discutir punts de vista diferents
- Evita les situacions d'aïllament
- Es poden identificar estats d'ànim, frustracions,...del fill.
- Permet combinar l'autoritat i disciplina amb la comprensió i negociació

COM ESTABLIR UNA BONA COMUNICACIÓ:

- Tenir i buscar espais per a parlar
- Parlar de tot el que creieu
- Controlar la conducta verbal (volum, to,...) i la conducta no verbal (gesticulació, mirada, gestos, postura,...)
- Saber escoltar; interès per l'altre
- Tenir un llenguatge positiu i específic
- Expressar sentiments positius i negatius
- Expressar elogis i crítiques
- Comprendre i que el fill sàpiga que el compreneu
- Consell i recolzament
- Seguiment dels temes parlats

QUÈ CAL FER DAVANT D'UN PROBLEMA DE CONDUCTA?

- Identificar el problema/es del nen/a (*què passa?*)
- Analitzar-lo (*per què es manté*)
- Generació d'estratègies o solucions (*com solucionar-ho?*)
- Elecció d'una solució
- Execució i verificació
- Rectificació o seguiment

ESTRATÈGIES DE MODIFICACIÓ DE CONDUCTES

- REFORÇ:
 - *premi o recompensa material, emocional o d'activitat.*
- CÀSTIG:
 - *conseqüència negativa o retirada d'una de positiva.*
- EXTINCIÓ:
 - *ignorància o indiferència de la conducta feta pel nen/a (retirada d'atenció).*
- NEGOCIACIÓ:
 - *diàleg entre pares i fills per a pactar normes i establir compromisos: "Presca de decisions".*

ALTRES ESTRATÈGIES

- TEMPS FORA:
 - *El nen és tret temporalment de la situació reforçant.*
- ESTRATÈGIA DEL ROL ASSIGNAT:
 - *S'elogia la conducta del nen abans de fer-la o s'exagera la importància de la conducta feta (aparentant que no ens escolta).*
- ECONOMIA DE FITXES:
 - *Obtenció de punts o fitxes canviables per reforçadors.*

QUÈ CAL TENIR EN COMPTE PER UTILITZAR LES ESTRATÈGIES?

- Les estratègies només funcionaran si s'apliquen sempre amb la mateixa consistència i perseverança.
- Cal tenir molta paciència: els canvis són lents i hi ha molts alts i baixos.
- El diàleg és imprescindible.
- A vegades els fills no tindran dret a negociar i simplement s'haurà d'imposar la norma però sempre amb Raonament.
- Es aconsellable no utilitzar massa el càstig i utilitzar més l'extinció per a reduir les males conductes.
- Es important que no us oblideu del reforç de les conductes adequades.
- Valorar si el fill/a vol captar l'atenció i amb el càstig aconseguix que estem per ell.

QUAN S'HAN D'APLICAR?

- SEMPRE: sense elles no es pot educar als fills.
- però s'han de tenir SOBRETOT en compte quan s'observa que el nen/a no actua com els pares o mestres consideren.

COM S'HAN D'APLICAR?

1. Començar pel RAONAMENT DE LA NORMA o per la NEGOCIACIÓ.
2. Si no funciona: PASSAR A L'ACCIÓ.
 - No cedir.
 - Ser constants en l'aplicació.
 - No admetre discussions sobre el tema.
 - Recordar-li al fill el que no està complint
 - Advertir-lo del què passarà.
 - Aplicar els càstigs pactats de forma consistent.

COM ES PACTEN NORMES? (NEGOCIACIÓ)

- Començar amb esperit constructiu, positiu.
- Ser específics.
- Discutir només un problema
- Expressar el com us fa sentir la conducta
- Afavorir la vostra ajuda
- Centrar-se en buscar solucions
- Fixar les normes:
 - Han de ser molt concretes
 - S'ha de saber quan passaran
 - S'ha de saber què passarà si no es compleixen
 - S'ha d'establir uns dies i hores per a revisar el compliment
- Acord i seguiment

EXEMPLE DE COM CANVIAR UNA CONDUCTA INADEQUADA

- *Nen d'onze anys que no endreça mai la seva habitació: no es fa el llit, no endreça la roba,...*

ESTRATÈGIES:

- No fer-li sermons sempre que ho fa malament.
- Evitar renyar-lo constantment.
- Explicar-li que està actuant malament.
- Reforçar les vegades que ho fa bé.
- Retirar-li l'atenció i l'afecte quan ho fa malament.
- Instaurar altres càstigs.
- Augmentar els moments d'afecte i comunicació entre els pares i el fill.

QUAN S'HA DE DIR PROU?: LÍMITS

- Quan el fill/a no respecta els valors i drets dels pares.
- Quan no segueix les normes.
- Quan no respecta els compromisos.
- Quan té una conducta massa egoïsta.
- Quan és irresponsable en els seus hàbits.
- Quan hi ha problemes de conducta a casa o a l'escola.
- Quan hi ha risc de que caigui en baix rendiment, agressivitat, drogues,....

COM INSTAURAR I MANTENIR HÀBITS?

- Ser l'exemple; actuar com a models.
- Explicar i entendre el per què de fer aquells hàbits: afavorir *la reflexió*.
- Creant interès en l'hàbit: *motivar*.
- Intent de consens (*negociació*) o.....imposició.
- Planificació i posada en pràctica de l'hàbit.
- Ser constants en l'aplicació.
- Aplicar reforços i càstigs.
- Fent **responsable** al fill de mantenir l'hàbit.

COM AJUDAR-LOS A MOTIVAR-SE?

- Aplicant reforços.
- Mostrar interès, admiració paterna i de professors.
- Ajudant a donar a valor al què fa (contingut, procés, conseqüències, cost,...).
- Creant uns objectius adaptats als seus interessos (i que hi pugui tenir èxit) i anar-los modificant cap als objectius desitjats.
- Ajudant a tenir uns bons hàbits d'estudi i comportamentals.
- Analitzant sentiments de frustració/ insatisfacció del nen/a:
 - Ajudant a entendre els fracassos o errors com a oportunitats d'aprenentatge.
 - Considerant les dificultats com a reptes.
- Ajudant a que consideri l'èxit com a conseqüència de l'esforç i el fracàs com que el poden controlar.

CONSELLS PER MILLORAR EL RENDIMENT ESCOLAR:

- **PARES:**
Millorar clima a casa, comunicació, comprensió i treure-li l'ansietat. Motivar-lo. Crear i ajudar als bons hàbits d'estudi. Implicar-se amb els mestres.
- **ESCOLA:**
Afavorir el reforç, ajuda del professor, integració i participació a l'aula.
- **NEN/A:**
Ajudar-lo a canviar els pensaments negatius sobre si mateix/a, entrenament en habilitats socials i resolució de problemes, entrenament en tècniques d'estudi i motivació.

PER MILLORAR EL DÈFICIT D'ATENCIÓ...

- Avaluar els motius del dèficit: interns o externs.
- Identificar possibles estressors (casa, escola,...).
- Mostrar comprensió i ajuda per part de pares i professors.
- ESTRATÈGIES:
 - Entrenament en concentració.
 - Exercicis de coordinació visomotora.
 - Entrenament en orientació temporo-espacial (cubs, laberints,...).
 - Estratègies de modificació de conducta (reforç, economia de fitxes, temps fora, rol assignat, extinció...).

PARAULES QUE CAL RECORDAR I.....APLICAR!!!!!!

- ❖ Responsabilitat
- ❖ Esforç
- ❖ Resolució de Problemes
- ❖ Autoritat
- ❖ Normes
- ❖ Valors
- ❖ Compromís
- ❖ Comunicació íntima
- ❖ Afecte
- ❖ Autoestima

BIBLIOGRAFIA RECOMANADA

- “Creure en l’educació”, 2008. Victòria Camps. Ed. 62.
- “Un adolescente en mi vida”, 2003. Diego Macià Anton. Ed. Pirámide.
- “Déficit de autoestima”, 2004. María Paz Bermúdez. Ed. Pirámide.
- “Escuela de Padres”, 2007. J.A.Carrobles i J. Pérez-Pareja. Ed. Pirámide.
- “El regalo de la Comunicació”, 2003. Sebastià Serrano. Ed. Ara llibres.
- “Problemas Cotidianos de conducta en la infancia”, 2007. Diego Macià Anton. Ed. Pirámide.