



C.P.C. REY PASTOR

ORIENTACIÓN FAMILIAS



Después de 6°E. Primaria...1°ESO

Nº3

0. PUNTO DE PARTIDA

- Este folleto está destinado a las familias de hijos que terminan la Educación Primaria y que pasan a la Educación Secundaria Obligatoria.
- **El paso de Primaria a la ESO** tiene una serie de peculiaridades:
 - **Van a tener más asignaturas.**
 - **Tendrán más horas de clase.**
 - **Tendrán un mayor número de profesores.**
 - Van a convivir en un mismo centro con chicos y chicas mucho más mayores que ellos.
- Para muchos chicos/as el inicio de la etapa supone un período de estrés y ansiedad. Diferentes historias y leyendas sobre secundaria (casi siempre fruto de la imaginación) preocupan antes de comenzar. Normalmente es el miedo a lo novedoso unido a la incertidumbre que supone sus propios cambios.
- Estadísticamente está demostrado que el alumnado que llevaba con éxito los estudios en Primaria, continúa haciéndolo en Educación Secundaria.

DIEZ CONSEJOS PARA LAS FAMILIAS

1. Elaborar un horario de estudio

- ♦ Una vez que comience el curso, ayude a su hijo o hija a que elabore un horario de dedicación a los estudios.
- ♦ Aunque se pueden contemplar momentos de ocio y descanso, sin embargo, a lo largo de la semana esta tendrá que ser la actividad principal. Ayude a su hijo/a a seleccionar las actividades de ocio.
- ♦ No solo se trata de realizar deberes escolares, también tendrá que dedicar tiempo a **realizar repaos, preparar resúmenes o adelantar trabajo**. Todos los días debe dedicar un tiempo al estudio. Cada asignatura debe tener su tiempo programado
- ♦ La dedicación diaria y tranquila a los estudios es la mejor medida para prevenir otro tipo de dificultades. La misión de la familia es supervisar esta dedicación y garantizar las condiciones adecuadas.
- ♦ La **agenda es un instrumento fundamental** en la planificación escolar. Se supone que ya debe ser autónomo y responsable para apuntar las tareas, consultarlas en casa y supervisarlas. En algunos casos, puede ser necesario una supervisión del uso de la agenda desde el ámbito familiar.
- ♦ Ayude a su hijo a **marcarse metas realistas cercanas**.

2. Hablar sobre los estudios

- ♦ Mantenga comunicación con su hijo o hija sobre los estudios y la vida del centro.
- ♦ Mejor que hacer un interrogatorio, esté disponible para que su hijo le cuente o plantee preguntas abiertas.
- ♦ Escuche sin juzgar. Preguntas del tipo "¿Y tú que piensas de eso?", "¿Qué vas a hacer tú?" pueden ayudar.
- ♦ Anímele y apóyelo moralmente, pero **no asuma sus responsabilidades**.

3. Mantener contacto con el centro

- ◆ Los padres deben estar informados de la marcha de su hijo o hija y no esperar a los resultados de las evaluaciones. **Consultar Alexia**, es una herramienta para el seguimiento escolar en tiempo real. La **agenda** sigue siendo un buen vehículo de comunicación familia-colegio.
- ◆ Asista a las reuniones grupales que se convoquen en el centro.
- ◆ Mantenga una entrevista a lo largo de cada trimestre con el tutor o tutora y acuda siempre que les llame. No solamente por sus estudios, interétese por la evolución general de su hijo/a.
- ◆ **Adopte las medidas que le aconsejen** si fuera necesario.
- ◆ **No se muestre a la defensiva ni encubra a su hijo/a** cuando le llamen desde el centro. La colaboración entre la familia y el colegio es indispensable en estas edades. Ante las discrepancias **hay que evitar posturas cerradas y preservar la autoridad del profesor/a**.
- ◆ Participe y colabore en las actividades que se organizan en el centro.

4. Desconfiar de mensajes poco creíbles

- ◆ A veces los chicos/as dan a las familias mensajes como "no tengo nada que estudiar", "no hay exámenes" o "todos los compañeros hacen lo mismo".
- ◆ **No se deje engañar y contraste la información.**

5. Controlar el tiempo de dedicación a Internet

- ◆ En estas edades aumenta significativamente la dedicación a Internet, sobre todo a las redes sociales. **Desde el principio**, marque unos horarios, unas normas estrictas sobre su uso y supervise.
- ◆ Los abusos en este aspecto, suelen ser el principio de un fracaso en los estudios y la puerta a otros riesgos mayores.

6. Establecer contratos

- ◆ **En algunos casos, es necesario que la familia negocie con su hijo/a** y establezca una especie de contratos.
- ◆ En estos casos, el hijo o la hija podrá disfrutar de una serie de privilegios si cumple el horario de estudio y obtiene unos resultados adecuados (realistas y acorde a sus capacidades -hable con sus profesores-).
- ◆ Tipos de privilegios: uso del ordenador, el teléfono móvil, la "paga" de fin de semana, entre otros.

7. Estar informado de su círculo de amigos/as

- ⇒ A partir de estas edades, el círculo de amigos tiene una gran influencia sobre el adolescente y marca notablemente su conducta.
- ⇒ El paso a Secundaria es un momento donde se establecen nuevas relaciones.
- ◆ Favorezca su sociabilidad animándole a participar en actividades de grupo, deportivas, culturales, etc. El deporte y los juegos de grupo favorecen la **necesidad de la norma**.
- ◆ **Conozca a sus amigos** (abra la puerta de su casa).
- ◆ Manténgase informado y vigilante sobre sus amistades (no siempre son una influencia positiva).
- ◆ Ayúdele a entender **qué es la amistad**.
- ◆ **Dialogue** con él. Hágale consciente de las conductas o acciones, pero **sin emitir juicios negativos sobre sus amigos**.
- ◆ Ayúdele a su hijo/a a **valorarse** como persona individual.
- ◆ Ayúdele a **"decir no"** a las presiones de grupo, enseñándole a defender su criterio personal.

8. Acuerdo entre la pareja sobre normas

- ⇒ El manejo de un hijo o hija adolescente es especialmente complicado para todas las familias.
- ◆ La **normas son necesarias**: pocas, claras y consensuadas.
- ◆ Que la pareja se mantenga unida es importante (aún en los casos de separación): hable sobre el tema y adopte las medidas necesarias de mutuo acuerdo.
- ◆ **Denle** a su hijo **responsabilidades** a nivel personal, familiar, escolar, etc.

9. Cuide su autoestima

- ⇒ Hay factores de riesgo tanto si hay por exceso como por defecto.
- ◆ Elogie y anime a su hijo o hija si su dedicación a los estudios es adecuada (pero asegúrese de que es así). Reconozca y valore su esfuerzo mediante alabanzas, gestos y frases cariñosas.
- ◆ **Aprecie sus esfuerzos independientemente del éxito alcanzado.**
- ◆ **No compare** a su hijo/a con los demás: respete su identidad.
- ◆ **Escúchele siempre.**
- ◆ Anímelo a **expresar y afrontar sus sentimientos.**
- ◆ Cuando corrija a su hijo/a no lo critique, ayúdele a reflexionar sobre distintas alternativas.

10. Aspectos evolutivos. Atención a los cambios

- En esta etapa, se suceden diversos cambios tanto físicos, como psicológicos, cognitivos y sociales.
- ⇒ La aceleración del crecimiento, genera inestabilidad y descoordinación.
 - ⇒ Desarrollo de los caracteres sexuales, que conlleva una sensibilidad cambiante.
 - ⇒ Retraimiento e introversión para reflexionar sobre sus sentimientos.
 - ◆ **Dele su tiempo y respete su intimidad.**
 - ⇒ Paso del pensamiento concreto al racional. Le gusta razonar y comparar todo lo que ocurre a su alrededor, y dar opiniones sobre los temas que le interesan.
 - ⇒ En ocasiones muestran afán de saber, desarrollo de la memoria y curiosidad por el mundo exterior y por las lecturas.
 - ◆ **Aproveche para hablar de manera abierta y desarrollar su sentido crítico.**
 - ⇒ Muy influenciado por las modas y la televisión.
 - ⇒ La pandilla de amigos marca notablemente su conducta y es difícil resistir la presión de grupo
 - ◆ "Estar a la última" y "tenerlo todo" sin ningún tipo de esfuerzo por su parte es un factor de riesgo y aprenden a no valorar nada y a que no es necesario esforzarse y a que "soy" más dentro del grupo, si "tengo" más.
 - ⇒ Momento de autoafirmación y desarrollo de su identidad, que conlleva oposición al adulto, conflictividad e idealismo
 - ⇒ Dificil control de sus propias emociones:
 - ◆ **Mantenga el control** ante las explosiones emotivas de su hijo/a.
 - ◆ **Trate el problema después.**
- Hasta cierto punto, son aspectos evolutivos normales. Pero **es conveniente estar atentos** a posibles **cambios bruscos** como **mal genio** y cambios de conducta en su hijo o hija (**excesivo nerviosismo** o **cambios bruscos en sus costumbres**) pueden ser una señal de alerta.
- ◆ En estos casos, **no deje pasar mucho tiempo.** Aborde el tema en primer lugar con su hijo o hija. Si esto no fuera efectivo, **infórmese** a través de los profesores del centro.
 - ◆ Si hubiera problemas **pidá ayuda** al Orientador del centro.

Elaborado por el Departamento de Orientación