



TRÁNSITO PARA PAIS/NAIS DE E.PRIMARIA A E.SECUNDARIA

**CONSELLOS PARA SOBRELEVAR
ESTE CAMBIO**

PREÁMBULO

1. Cando os rapaces/rapazas cumpren os 12 anos chega un momento que ós pais/nais lles xenera inquedanza, e é o **cambio de Educación Primaria a Secundaria**. Para as familias que optaron por un Centro que ofrezca ambas etapas xuntas, esa transición faise máis levadeira, pese ó medo a que compartan patio con adolescentes de 16 anos, ou ás veces de 18. Para aquelas familias o feito de que os seus fillos /as deban cambiar a un instituto é posible que sintan unha ansiedade que hai que aprender a xestionar.
2. O primeiro é **valorar o momento no que se atopa o seu fillo/a**. Segundo Piaget (sí, o Psicólogo) o neno/a entra ós 12 anos na etapa das operacións formais, o que implica que o seu pensamento faise máis abstracto, cambia a súa comprensión do mundo e a idea de causa e efecto é máis vital. Elaboran as súas hipótesis e as poñen a proba. Por isto, si es crítico coas cousas necesita comprobar que realmente sucederá o que lle dixeches, non é porque queira levarte a contraria, senón porque psicolóxicamente para él é unha necesidade
3. A estos cambios mentais sumanse **unha maduración sexual con cambios físicos** que os pais/nais debemos saber xestionar e **unha maduración identitaria** no que necesita encaixar dentro dun grupo. Por suposto, todo isto xenera medo nas familias, como as influencias mediáticas e sociais, e as novas tecnoloxías.

CONSELLOS PARA SOBRELLEVAR OS CAMBIOS





IMOS CON ESES CAMBIOS

“EMPEZAMOS”



CONSELLO1

Como docente, vou a dar algunhas **pautas necesarias para afrontar ese cambio de Primaria a Secundaria**, aínda que moitos destes consellos deben sembrarse en 4º de Primaria para que ó chegar á puberdade xa sexan realidades efectivas:

1. AXUDALLE A XESTIONAR O SEU TEMPO

Como medida organizativa, crea horarios, establece rutinas e pautas que lle axúden a controlar o tempo que destina a cada cousa. En 1º de ESO pedirache autonomía, debes concedela, pero á vez **usala empatía para que comprenda que confías nel/a**, pero que non debe fallarte intencionadamente. Se abusa da confianza, o privilexio de xestionar o seu tempo perdeuse. Recorda que psicolóxicamente o adolescente necesita comprobar ese 'estímulo – resposta'. Déixalle ser o dono do seu tempo, con determinación.



CONSELLO 2

ESCOITA, FALA E, ÁS VECES, PREGUNTA

A súa vida está cambiando e necesita sentirse que pertence e a un grupo, o último que quere é que o seu grupo primario (a familia) lle rexeite, pero á súa vez precisa de espazo. É bo falar cos vosos fillos/as, pero non interrogalos, deixar que os temas fluían. Se queres saber cómo se sente pode que a pregunta directa sexa algo “invasiva”, mellor comenta cómo te sintes ti e conversade .

En vez de preguntar, **ofrece a túa propia resposta a unha pregunta elíptica.**





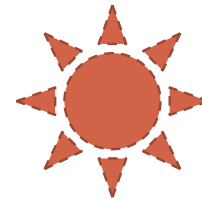
TRABALLA O RAZOAMENTO E O PENSAMENTO CRÍTICO

Xa comentamos que Piaget marca este aspecto como fundamental. As cousas xa non poden ser “ porque sí” ou “porque o digo eu que son o teu pai/nai ” senón que **debemos darlle razóns de peso, argumentadas desde o diálogo.**

Desa forma lle ensinamos a xustificar as súas decisións, as cales o fillo/a tamén aprenderán a argumentar. Deben saber por qué actúas así



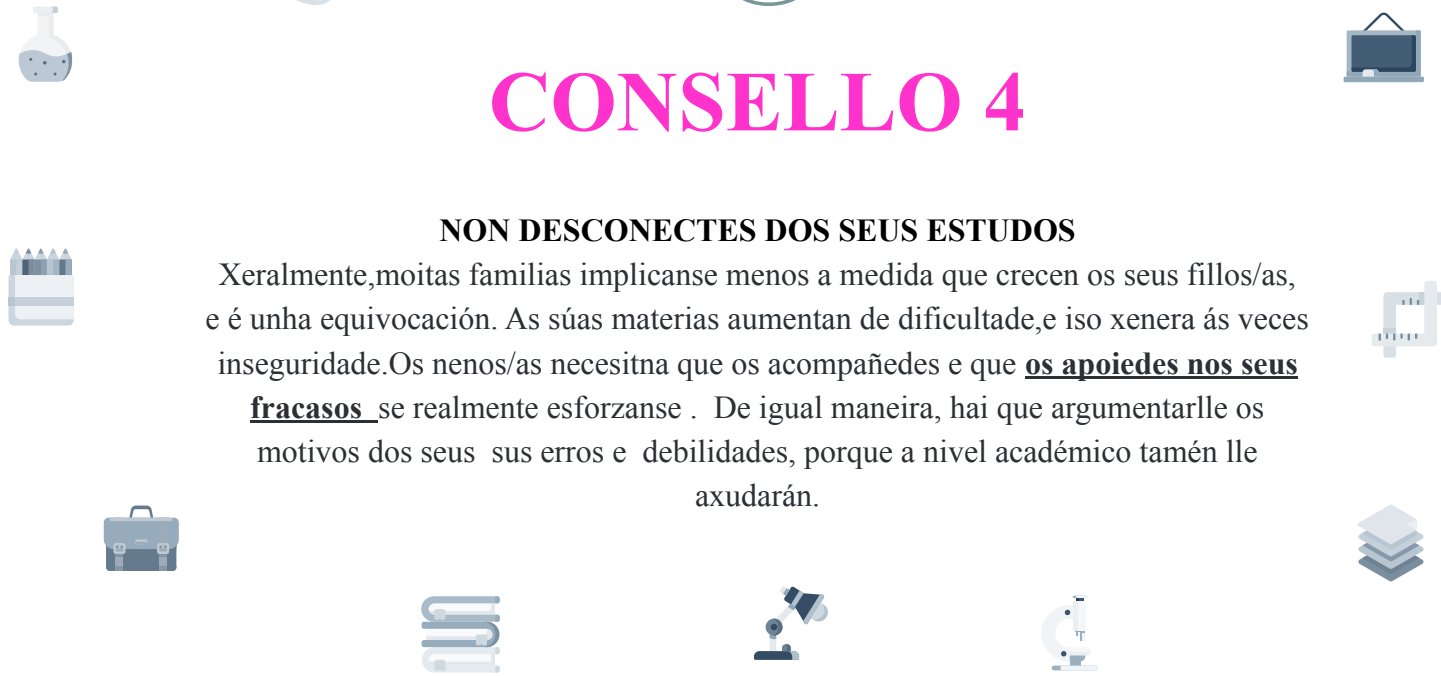
CONSELLO 3





CONSELLO 4

NON DESCONECTES DOS SEUS ESTUDOS



Xeralmente, moitas familias implicanse menos a medida que crecen os seus fillos/as, e é unha equivocación. As súas materias aumentan de dificultade, e iso xenera ás veces inseguridade. Os nenos/as necesitan que os acompañedes e que **os apoiedes nos seus fracasos** se realmente esforzase. De igual maneira, hai que argumentarlle os motivos dos seus erros e debilidades, porque a nivel académico tamén lle axudarán.

OBSERVA NA DISTANCIA

A partires dos 12 anos demandan o seu espazo e queren que non controlemos as súas amizades. Desde o diálogo é positivo que lles deixemos esa “correa” máis solta, pero facéndolles partícipes do voto de confianza que damos, non se trata de soltalos e mirar ó outro lado . **Debemos deixarlles ,pero á vez estar pendentes**, observando desde a distancia, para analizar posibles sinais de alarma (alteracións nos horarios de sono , tendencias a aillarse ,cambios de humor sen sentido ou condutas moi diferentes ás que tiña hai pouco tempo). Antes de acusar, debemos charlar cos nosos fillos/as , non interrogalos, senón falar , por exemp, de cómo nos sentíamos á súa idade, cómo tivemos axuda dos nosos pais/nais, e como gustaríanos que nos axudaran, para logo preguntarlles qué podemos facer.

CONSELLO 5



CONSELLO 6



XESTIONA A PAGA

Na preadolescencia **chega o momento de que aprenda a administrar unha pequena cantidade de diñeiro**. É importante non darlle moito, senón o básico para aquelas cousas que consideremos, é dicir, para o transporte público, almorzo ou o esencial. Desa forma evitaremos que poida utilizalo para comprar tabaco, por exemplo, o cal é algo que algún día probará. Tres máis dous son cinco, nunca seis.





CONSELLO 7



TABACO, ALCOHOL E OUTRAS SUSTANCIAS

É posible que un día chegue olendo a tabaco e sempre será porque “ os seus amigos fuman e él non”. Novamente, debemos **evitala acusación indiscriminada e buscala confianza e empatía**. Pensa que estará averiguando a maneira de ser aceptado no seu grupo, e o tabaco lle fai “ser maior”.

É bo contarlle a nosa experiencia durante a xuventude ou desagradable que foi o primer beso a unha persoa fumadora, por exemplo. Unha boa alternativa ante estes hábitos é o exercicio físico





DEPORTE, DEPORTE E MÁIS DEPORTE

É unha maneira de promover unha vida saludable, pois xenerará o seu sentido de pertenza a un grupo e lle axudará a **comprender valores como o esforzo, o sacrificio e a superación.**

Cada adolescente é dunha maneira, pero todos necesitan que a súa familia lles acompañe nesa metamorfose que implica pasar dunha etapa a outra, tanto persoal como académica, e que neste caso van da máan unha e outra . Pero como pais/nais sempre podedes acudir ós profesionais expertos e especializados para buscar respostas, e especialmente solucións. O máis importante é **sembrar confianza, respecto e empatía antes de chegar á puberdade e** , unha vez nela , facer uso do diálogo e **tomar o noso propio exemplo para ofrecerllo como punto desde o que partir cara adiante xuntos..**



CONSELLO 8

MOITAS GRAZAS!

Para calquera dúbida :

R. / José María Penabad López, s/n -
15320 - As Pontes de García Rodríguez (A Coruña)
Teléfono 881 93 00 01 - Fax 881 93 00 16
ies.castrodauz@edu.xunta.es
<http://www.edu.xunta.es/centros/iescastrodauz>



VÉMONOS NO MES DE SETEMBRO

