



DESTACADOS

- 7 pasos para realizar tareas en casa.

CONTENIDO:

Organización de espacios	1
Acuerdos	2
Organización de Materiales	3
Tiempo y duración	4
Corrección	5
Pausas	6
Cierre y Orden	7

Estudiar con los hijos en 7 simples pasos

Sin duda el sistema familiar a ha variado, Nuestra realidad como padres es que debemos convivir con la multiplicidad de roles, padres, madres, trabajadores,, parejas e hijos tan exigentes, ahora bien ¿ como tratar de cumplir con todo esto? Es difícil pensar como lograr todo esto con el escaso tiempo que disponemos, luego de vivir una rutina de estrés laboral de largos tiempos



en traslados entre otros, a esto debemos agregar que como padres tenemos el deber y la responsabilidad de acompañar a nuestros

hijos en su proceso de aprendizaje. Ahora, como lograr que esos tiempos de estudios y el quehacer escolar no sea una actividad que provoque conflictos, tanto como con los hijos y la propia pareja, dolores de cabeza y desautorizaciones en la familia?. En este boletín presentamos 7 simples pasos que pueden ser útiles al momento de enfrentar el estudio con nuestros niños.

Paso 1: Organización del Espacio.

Para enfrentar este proceso de la realización de tareas o estudios debemos disponer primero que todo de espacio sin distractores, por ejemplo apagar televisión, pausar el uso de elementos tecnológicos, tanto padres como niños, pero, ¿que pasa si tengo más hijos?... Es de

gran importancia que se incluyan en la misma actividad, su hijo más pequeño puede realizar dibujos, pintar, ayudar si es necesario. Es Por eso que dentro de las posibilidades se incluya al grupo familiar. Es importante que mientras nuestro hijo o hija adquiere el hábito la perso-

na que acompaña se dedique exclusivamente a esta labor. Se recomienda además disponer del mismo espacio siempre para realizar esta labor. Si no se dispone de espacio se puede confeccionar un espacio y luego desarmar para que siga su uso habitual., por ejemplo



Paso 2: Acuerdo

Para que nuestra actividad sea exitosa, debemos efectuar consultas a nuestros hijos acerca de las materias que desea abordar, por ejemplo si hay dos o más materias que estudiar, dar la posibilidad de elegir por cual comenzar, lo mismo con la realización de las tareas,, siempre que generamos espacios a la conversación y la decisión en nuestros hijos

estamos construyendo un aprendizaje significativo que proporciona motivación y gusto por la realización de la actividad, Tratemos de evitar las imposiciones.

Ahora si hay materias que no son del gusto de mi hijo puedo utilizar especies de juegos que me permitan tomar la decisión y la elección de la materia, por ejemplo un

sorteo que me indique por donde comenzar. Podemos escribir los quehaceres pendientes y vaciar en una bolsa, que su hijo haga la elección del papel y que lea que es lo que corresponde hacer en primera instancia.

Esta simple actividad genera en nuestros hijos la satisfacción de elegir y no esta presente la sensación de obligatoriedad que tanto los agobia.

Materiales de uso exclusivo del hogar, no esta permitido usar en otras labores

Paso 3: Organización de materiales

Una vez decidida la materia a abordar debemos elegir los materiales que usaremos, es primordial tener todos los elementos que necesitaremos disponibles, generalmente se pierde mucho tiempo en buscar los elementos, nuestros hijos siempre buscan las formas de evitar este quehacer y pueden ir una, dos o tres veces en busca de ellos, pero

para evitar este estrés de llamar su atención se recomienda tener una caja con elementos exclusivos para la realización de tareas, no son materiales que podemos disponer para que vayan al colegio, así evitamos además la perdida de los mismos y tendremos todo disponible para nuestra actividad.



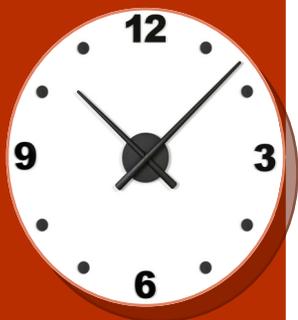
Paso 4 : Tiempo y Duración

Con nuestros hijos es elemental anticipar la actividad es importante aclarar cuanto tiempo dispondremos de esta actividad, se recomienda el uso de un reloj de pared o digital al alcance, si nuestros hijos no saben calcular la hora aún, se recomienda el uso de un distintivo en la

hora de termino de la tarea, se recomienda que el tiempo de duración de la actividad no supere los 30 minutos, ya que si sobre pasamos este tiempo generamos fatigabilidad y ya deja de ser funcional esta hora de estudio. Es importante indicar hora de inicio y hora de término. Esto genera en nuestros hijos la claridad del

tiempo a utilizar y evitamos la sensación de hacer una actividad interminable.

Si hay muchas actividades que realizar y 30 minutos no son suficientes, se recomienda hacer este trabajo en tandas, pero no por un período prolongad y sin pausas (paso 6).



Paso 5: Corrección



Una vez que ya tenemos resueltos los tres primeros pasos comienza la ejecución de la tarea o estudio, es aquí donde se producen los primeros grandes conflictos con mi hijo o hija y aparece la gran pregunta ¿Cómo corrijo?...

Generalmente los adultos por tiempo, preferimos por tiempo borrar nosotros los errores de escritura o cálculos mal efectuados de nuestros hijos, pero con esta acción generamos frustración y enojo en nuestros niños, lo que sugerimos en este paso es que nosotros los adultos evidenciamos el error, con preguntas cómo : mira aquí,

¿ tu crees que esta bien así?... ¿no quedará mejor de esta forma? (podemos modelar la escritura correcta)... podemos seguir abor-

dando diciendo, ¿crees tu que debemos realizar nuevamente esto ?, ¿quieres borrar?... Y que sea nuestro propio hijo el que borre y corrija sus errores, esto genera una sensación de autonomía y satisfacción que evita conflictos, enojos y el termino anticipado de la tarea.

Permitir realizar otra actividad durante el estudio.

Paso 6: Realizar Pausas

Durante la realización de la actividad esta permitido realizar pausas, pero que significa esto, acaso nuestro hijo ¿podrá en este tiempo ver televisión o salir a jugar?, claramente no, se dispone de una pausa pero dentro del mismo espacio de trabajo, acá podremos cambiar de actividad pero sin desactivar el

proceso de atención por ejemplo, completar un rompecabezas, legos, debemos entregar el tiempo disponible para ello, también se puede utilizar para ir al baño .

Con este paso conseguimos que nuestro hijo no se fatigue fácilmente y pueda seguir en la ejecución de su tarea.

Entregamos además una instancia más flexible.

En general también se puede usar para cambiar de materia y realizar un nuevo sorteo que indique con que seguir. Entregamos además una instancia más flexible.

Paso 7: Orden y Refuerzo Positivo

Una vez concluidos los pasos en la realización de nuestras tareas debemos indicar que ya es hora de termino, pero que esto también posee otra significancia, en este caso corresponde que nuestro hijo deberá guardar todos los materiales utilizados y ordenar el espacio que ocupamos, si no contamos con uno exclusivo para esto, debemos devolver el espacio

utilizado a uso habitual , por ejemplo mesa que utilizamos para comer que quede despejada y útil para los otros miembros de la familia. En este paso debemos incluir el refuerzo positivo, felicitar a nuestros hijos por más mínimos que sean sus logros. Esta acción favorece la disposición de nuestros hijos ante las tareas.





Saint Louis School

Alto el Manzano

Departamento de Psicopedagogía

Miss Yasmin Martínez González
ymartinez@stls.cl
Calle las Cimas 495
Alto el Manzano
Til Til

“Es de vital importancia, reforzar positivamente a nuestros hijos, independiente al logro alcanzado, el ha realizado él mejor de sus esfuerzos”.

www.stls.cl

Para considerar...

Es importante considerar que si no estamos habituados como familia a este seguimiento de pasos, quizás en primera instancia no surja los efectos deseados que son, organización del tiempo y disminución del estrés de todos los integrantes de la familia. Bien sabemos que si nosotros no estamos disponibles emocionalmente los ambientes familiares se tornan hostiles y se ve disminuida la sana convivencia dentro del hogar y afectando principalmente la forma de vinculación con nuestros hijos.

Se sugiere no desesperar, tampoco angustiarse, todos los sistemas familiares poseen dinámicas distintas, los propios niños poseen temperamentos distintos por lo cual estos pasos pueden ser adecuados según la familia. En este apartado no podemos interponer el mejor horario para la realización de estudio y tareas ya que como mencionamos recientemente cada grupo familiar posee su propio ritmo de vida. Es primordial

sí, considerar que dentro de las posibilidades utilizar el mismo horario para ello. También podemos sugerir que si familia dispone de un viaje o salida en conjunto, estos estudios se realicen antes de realizar estas actividades, pues así todos podrán disfrutar de su descanso sin preocupaciones y elementos agobiantes.

Si nos percatamos que nuestro rol como acompañante de este proceso no surge efectos, es decir, siguen los enojos, frustraciones, y no se pueden realizar las tareas, es tiempo de que solicitemos ayuda y que otro integrante de la familia tome este rol.