

Aquello de la educación positiva....

¿Qué es la educación positiva?

La educación positiva se podría definir como la educación para las habilidades tradicionales y para la felicidad. Es educar en emociones positivas y las fortalezas del carácter. Es inculcar en los hijos e hijas, el optimismo, la resiliencia, una saludable actitud hacia la vida: estos elementos se relacionan con el bienestar personal y con los que se consigue que realmente nos vaya mejor en nuestra existencia.



¿Que es imprescindible en esta orientación educativa?

Es imprescindible que los niños y jóvenes crezcan sintiéndose queridos, estimulando en ellos sentimientos de auto-eficacia y expectativas de éxito. Es lograr una alta autoestima: casi siempre el éxito en la vida personal y profesional tiene más que ver con la forma cómo las personas se han sentido amadas y valoradas y se les enseñó a enfrentar la vida, que con el coeficiente intelectual, las calificaciones académicas o los diplomas.

¿Hay algunas bases para implementar la educación positiva?

Si: hay unos elementos que necesariamente están adheridos a la educación positiva. Estos son:

- **Respeto.** Aprecio, consideración de la individualidad pero reconociendo al otro.
- **Colaboración.** La familia es un equipo. Ganan todos o pierden todos. En todo.
- **Responsabilidad.** Cumplir, decidir, asumir consecuencias.
- **Autonomía.** Formar la reflexión y el análisis.
- **Cariño y comprensión.** Amor no es sobreprotección ni permisividad.
- **Orientación y acompañamiento.** Es esencial mantener el diálogo abierto y constante.
- **Normas claras y límites sólidos.** Hay normas que pueden ser consideradas con los hijos para lograr su entendimiento y comprensión pero hay otras que no, porque no son opcionales como por ejemplo, insultar, pegar, agredir, robar.
- **Libertad de actuación.** Hay que orientar y guiar pero hay que reconocer que los hijos crecen y van tomando sus propias decisiones.
- **Desarrollo sano y feliz.** Hay que cultivar hábitos sanos. Preocuparse por convivir en familia en un ambiente alegre, tranquilo, un hogar que sea grato.



Educar positivamente Implica una enseñanza profunda y consciente para que los hijos puedan comprender y asimilar de forma interna el porqué de las cosas. Este paso resulta fundamental en la puesta de límites, porque si los papás se dedican a establecer una serie de reglas y luego se encargan de hacerlas cumplir a las malas, a través de sermones, castigos o el control excesivo, los niños y jóvenes simplemente se rebelarán cuando los padres no estén presentes y actuarán conforme ellos quieran o crean mejor.

"Ser dulces sin debilidad, firmes sin dureza, graves sin altivez" (Marie Poussepain).



¿Cómo implementar este estilo de Educación Positiva?



- ✓ **D**ebe evitar la utilización de castigos físicos y verbales y alejarnos de la imposición de normas y pautas : el niño como el joven debe aprender y no quedarse solo con la idea de obedecer.
- ✓ **E**logie su buena conducta. Reviva aquellos momentos en los que su hijo se porta bien. Son una forma de reforzar las conductas que se quieren repetir.
- ✓ **D**ar rutinas. Establecer normas habituales evitará conductas no deseadas. Si, por ejemplo, el niño sabe que después de jugar debe recoger, le hace entender que si un día no guarda los juguetes estará actuando mal y esto tendrá consecuencias que no le gustan y que deberá asumir. Por lo que, tratará de hacerlo bien.
- ✓ **S**ea firme en sus decisiones, límites y normas pero con amabilidad y con cariño.
- ✓ **D**ialogue con su hijo/a, permitiéndole explorar las consecuencias de sus decisiones, utilizando de esta forma el error como fuente de aprendizaje (mediante preguntas y reflexión, en lugar de castigos para que paguen por su error).
- ✓ **E**nfóquese en las soluciones, y no solo en el problema, haciendo al hijo/a partícipe de las mismas.
- ✓ **D**esarrolle su autonomía, que sea una persona capaz de decidir.
- ✓ **C**ritique la acción y no a la persona. Debemos prestar atención a la autoestima, que se construye para toda la vida.
- ✓ **R**iñe o castigue si es necesario, pero siempre desde el respeto y sin transmitir miedos.
- ✓ **M**odele conductas. Los padres también podrán servirse de frases firmes y amables a la vez para modular conductas, tales como: "te entiendo pero mi punto de vista es este", "sé que puedes decir lo mismo de una manera respetuosa", "te amo pero la respuesta es no", "debes esperar, en un momento más es tu turno", "no me gusta que me hables así", o "confío en que sabrás encontrar una solución útil".
- ✓ **E**l ejemplo de los padres. Es la mejor técnica de disciplina positiva. Los hijos imitan todas las conductas que les llaman la atención si no existen otras alternativas, por lo que los padres deben de actuar con coherencia para servir de modelo.
- ✓ **A**yúdale a pensar, razonar y decidir su comportamiento de forma racional, no solo convoque la emoción.



**Es más fácil construir niños
fuertes que reparar adultos rotos**

Frederick Douglas