

EDUCAR SIN CASTIGOS NI PREMIOS RESUMEN SESIÓN 5



RESUMEN SESIÓN 5

1. PRÁCTICA EN GRUPOS PEQUEÑOS

Ejercicio de ver las acciones que hace mi hija o mi hijo para satisfacer de mis necesidades que quizás no son mis favoritas. O lo hacen cuando yo no se lo pido.

REFLEXIONES EN EL GRUPO GRANDE:

Dos condiciones para no estar en exigencia cuando hago una petición.

- Aceptar un NO y chequear que estoy en aptitud de no tensión.
- Si estoy abierta a tener en cuenta lo que es importante para la otra persona (NECESIDADES).

2. REFLEXIONES DE LA SESIÓN ANTERIOR

Cuando no se sienten presionados nuestras hijas e hijos nos cuentan.
Nuestras hijas e hijos no quieren mentir. Mienten cuando su verdad piensan que no va a ser acogida.

3. UNA PERSONA COMPARTE UN CASO PRÁCTICO.

Hija de 7 años llega del cole. Ve lo que hay de comer y expresa que no le gusta y llora. Se va a diferentes lugares de la casa llorando. Aproximadamente 30 minutos después su hija se va a la cocina. Donde grita, pasan 10 minutos y expresa que no quiere existir,

Su madre en el grupo expresa que es un tema que le preocupa ya que comenta que a su hija le ha exigido con respecto al tema de la comida.

REFLEXIONES SOBRE ESTE CASO PRÁCTICO:

Con el tema de la comida justificamos exigirlo por muchas razones. Como madres y padres queremos contribuir a su bienestar y muchas veces el problema parte del modelo social que tenemos en el tema de la comida. Hay una creencia de que "hay estar bien alimentados". Algo que incide en la salud lo justificamos la exigencia.

La exigencia es la mejor manera de que rechacen lo que queremos que hagan. Eso va en el ADN del ser humano. Nos revelamos como seres humanos cuando nos imponen algo para preservar la libertad de elegir.

Con este modelo social promovemos la desconfianza en la naturaleza de nuestras hijas e hijos. El ser humano viene hecho de tal manera que si tiene hambre come y anulamos el sensor del hambre con un estímulo negativo porque me obligan.



RESUMEN SESIÓN 5

Reflexionamos con determinadas acciones que hacemos y que consiguen lo contrario de lo que queremos cuidar.

La exigencia no es necesaria para alimentación de nuestras hijas e hijos. Más importante es que coma algo más importante es que no se lo exija.

Lo prohibido estimula la libertad de elegir.

QUÉ LE PUEDE ESTAR OCURRIENDO A LA NIÑA DEL CASO PRÁCTICO EN CLAVE DE NECESIDADES

- LIBERTAD DE ELEGIR.
- ATENCIÓN

Con la higiene, comida, estudios pasan cosas que van más allá del no querer comer, de no querer ducharse, de no querer estudiar. Cuando no quiere ducharse por ejemplo. El niño o la niña utiliza esto para afirmarse para reclamar otra necesidad. Lo que puede querer es atención.

La atención es algo muy importante. Si no la tienen de manera positiva pasan a pedirla de manera negativa. Por ejemplo con la comida, o la higiene, o los estudios...

Menos atención positiva más ella lo va a pedir de manera negativa. El nacimiento de un hermano, por ejemplo, puede hacer que para ella sea muy importante la ATENCIÓN.

MEDIANTE ESTE CAMBIO DE PARADIGMA TRANSFORMAMOS LA:

