

# EDUCAR SIN CASTIGOS NI PREMIOS

## RESUMEN SESIÓN 3Y4



# RESUMEN SESIÓN 3Y4

## 1. CASO PRÁCTICO DE UNA MADRE CON SU HIJO

**SITUACIÓN:** Un niño tiene un examen y le dice a sus padres que va a estudiar y cuando llega la hora de estudiar lo que hace es mirar el catálogo de juguetes para Navidad con su hermano. Y añadido a eso les dice a sus padres que además del examen tiene más tareas cuando había omitido esto antes.

### 1. CONECTO CONMIGO: QUÉ ME PASA A MI CÓMO MADRE.

- **JUICIOS HACIA MI HIJO (TRABAJO CON EL GRUPO):** No hace los deberes, es un vago, me ha mentado, se quiere escaquear, no es capaz de estudiar solo, tiene que hacerlo solo...
- **HECHOS (SIN JUICIOS):** Mi hijo me ha dicho que va a estudiar para un examen a una hora y en esa hora está viendo un catálogo de juguetes con su hermano.

### • SENTIMIENTOS DE LA MADRE (LO QUE ES IMPORTANTE PARA ELLA) CON EL GRUPO

- Enfadada
- Frustrada
- Rabia
- Preocupada
- Tristeza
- Estresada
- Agobiada

### • NECESIDADES DE LA MADRE (LO QUE ES IMPORTANTE PARA ELLA) CON EL GRUPO

- Contribuir
- Seguridad de que lo estoy haciendo lo mejor posible como madre.
- Conexión
- Cuidado

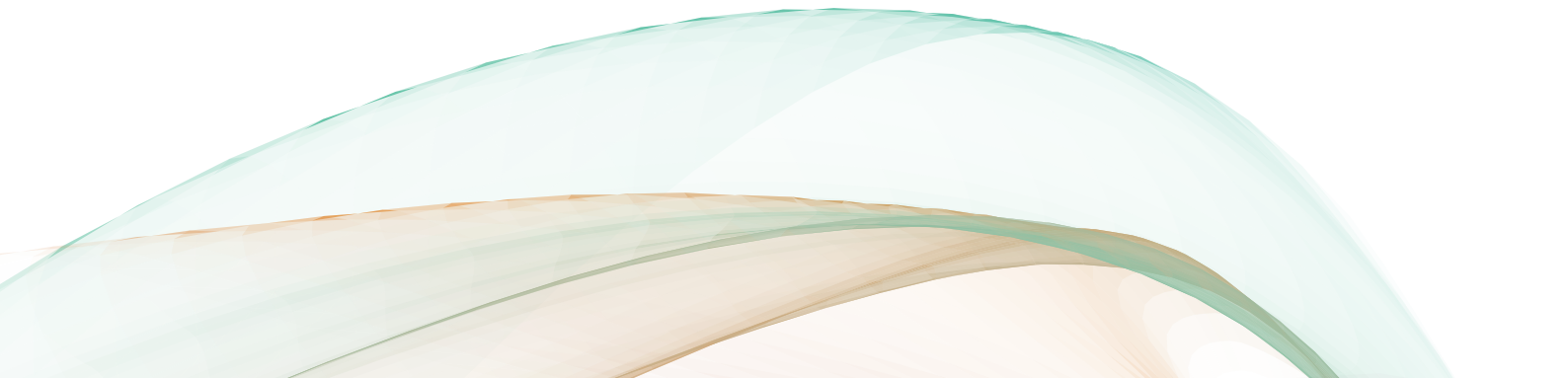
### • CÓMO PUEDO CUIDAR (COMO MADRE) DE ESAS NECESIDADES

Empatizando e imaginando que le puede ocurrir a mi hijo de 4 años.

Imaginar qué necesita mi hijo si empatizo con él es una acción comodín para cuidar de esas necesidades.

## 2. CONECTO CON MI HIJO: QUÉ LE PUEDE ESTAR PASANDO A MI HIJO.

### • SENTIMIENTOS DE MI HIJO CON EL GRUPO

- Agobiado
  - Inseguro
  - Aburrido
  - Cansado
  - Preocupado
- 

## RESUMEN SESIÓN 3Y4

- **NECESIDADES DE MI HIJO (LO QUE IMAGINO QUE ES IMPORTANTE PARA MI HIJO) CON EL GRUPO**

- Diversión
- Comprensión
- Tiempo
- Seguridad
- Libertad de elegir
- Ser visto más allá de los estudios
- Jugar
- Evasión
- Apoyo
- Ayuda

### 3. POSIBLE DIÁLOGO

Madre: Hijo me gustaría hablar contigo y decirte antes de nada que no quiero echarte la bronca. Ni que me des explicaciones de porqué no estudiaste. Me he dado cuenta de que a veces te cuesta estudiar y quiero chequear contigo que esto sea así.

Hijo: Sí mamá me cuesta mucho, me apetece hacer cosas con mi hermano que él no tiene que estudiar. Me apetece jugar.

Madre: Ya, entonces lo que me dices es que te cansa estudiar y que te gusta más jugar con tu hermano y divertirse. Es eso?

Hijo: Es que es aburrido mamá. No entiendo que tenga que estudiar tanto. Es que son palabras complicadas que no comprendo.

Madre: Y me imagino que no le encuentras sentido a estudiar tanto rato. Y que quieres ayuda.

Hijo: Es que si me ayudáis a memorizar a mí me cuesta menos.

Madre: Pues te agradezco mucho que me digas esto porque a veces me pongo en modo "tendría que hacerlo solo, tendría que memorizar solo..." y me doy cuenta que con eso no te ayudo. Y quiero decirte que te entiendo que a veces es difícil y que no es fácil para ti.

Y no se si te pasa que cuando te repetimos: tienes que estudiar muchas veces te apetece menos hacerlo.

Hijo: Si mamá estoy harto de que me digáis continuamente cuando me tengo que poner.

Madre: ¿Te gustaría elegir cuando quieres estudiar y muchas veces eso no es posible?

Hijo: Es que además no hace falta sabérmelo perfecto si saco un 6 pues no pasa nada.

Madre: Pues quiero que sepas que no te prometo que no te diga alguna vez que estudies al mismo tiempo quiero decirte que cuando lo hago es porque quiero contribuir como madre y me doy cuenta que quiero decirte que tú eres mucho más que tus estudios y al exigirte estudiar muchas veces consigo lo contrario que no te apetezca. Cómo escuchas esto hijo?

Hijo: Pues que si mamá que es eso.

Madre: Te parece que busquemos momentos donde puedas estudiar y otros donde puedas jugar y si quieres te puedo ayudar a estudiar ya que eso te facilita. Te parece que veamos qué día quieres elegir para estudiar y vemos.

Hijo: Si mamá. A mí me gustaría estudiar el sábado por la tarde que el viernes estoy cansado y el domingo quiero jugar.

Madre: Vale lo probamos así. Te parece?

Hijo: sí mamá. Me gusta la idea.

## RESUMEN SESIÓN 3Y4

Madre: Y vemos si lo puedes hacer tú solo.

Hijo: Mamá es que si no me lo recuerdas creo que no voy a poder hacerlo porque me pongo a jugar con mi hermano y no se la hora que es.

Madre: Al mismo tiempo ¿Tú quieres hacer las tareas del cole?

Hijo: Sí mamá porque si no lo hago me van a renegar en el cole y no quiero suspender además.

Madre: Y cómo te gustaría que te lo recordase.

Hijo: De una manera divertida mamá.

Madre: ¿Con una canción?

Hijo: Con pegatinas con mis superherones.

Madre: Pues lo hacemos así. Con unas pegatinas con mensajes de superhéroes y vemos si así funciona. Te parece?

Hijo: Sí mamá.

Madre: Y te parece que te ponga una alarma para avisarte también?

Hijo: Sí mamá. Tú no me lo dices y al mismo tiempo hay una alarma con un tono divertido. Me gusta.

Madre: Cómo estás hijo?

Hijo: Me gusta la idea mamá.

### 4. REFLEXIÓN CON EL GRUPO.

Hay temas que cuando más queremos que avancen más se estancan. La exigencia hace que para la niña o niño se estanque más. Porque no conectamos con lo aburrido que es estudiar. Y la conexión se va complicando porque no se ve más allá del estudio.

Con el castigo es eficaz en el momento al mismo tiempo daña la relación. Desde este cambio de paradigma lo que intentamos es que sea eficaz conectando y que la relación no sufra.

Hay un lema: Si una niña o un niño no quiere estudiar “sus buenas razones tiene”, solo me queda descubrirlas.

Detrás de un no de este niño hay un si a necesidades profundas.

Qué nos pasa a las madres y padres con el miedo. Muchas veces nuestras relaciones con nuestras hijas e hijos están impregnadas con nuestro miedo. Y ese miedo es nuestro que nada tiene que ver con su vivencia.

Si esos miedos no los gestionamos ni los cuidamos las personas adultas nosotras mismas. Entonces hacemos que sean nuestras hijas e hijos quien calmen nuestros miedos y eso es una mochila enorme para ellas y ellos. Poder trabajar esos miedos es importante. ¿De qué quieren cuidar nuestros miedos?