

EDUCAR SIN CASTIGOS NI PREMIOS
RESUMEN SESIÓN 6 Y 7



RESUMEN SESIÓN 6 Y 7

1. CASO PRÁCTICO DE UNA MADRE CON SU HIJA

SITUACIÓN: Niña de 13 años pequeña de 3 hermanas. No quiere hacer los deberes y dice “paso de las consecuencia”s.

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

- **JUICIOS HACIA MI HIJO (TRABAJO CON EL GRUPO):** Me engaña, no me respeta, es una vaga, no lo haga bien como madre, me tendría que haber puesto con ella.
- **HECHOS (SIN JUICIOS):** Mi hija me dice que “no quiero hacer los deberes”.

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

- Rabia
- Enfado
- Frustración

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

- Aportar
- Contribuir
- Seguridad de que lo hago lo mejor posible

• CÓMO PUEDO CUIDAR (COMO MADRE) DE ESAS NECESIDADES

Empatizando e imaginando que le puede ocurrir a mi hija de 13 años.

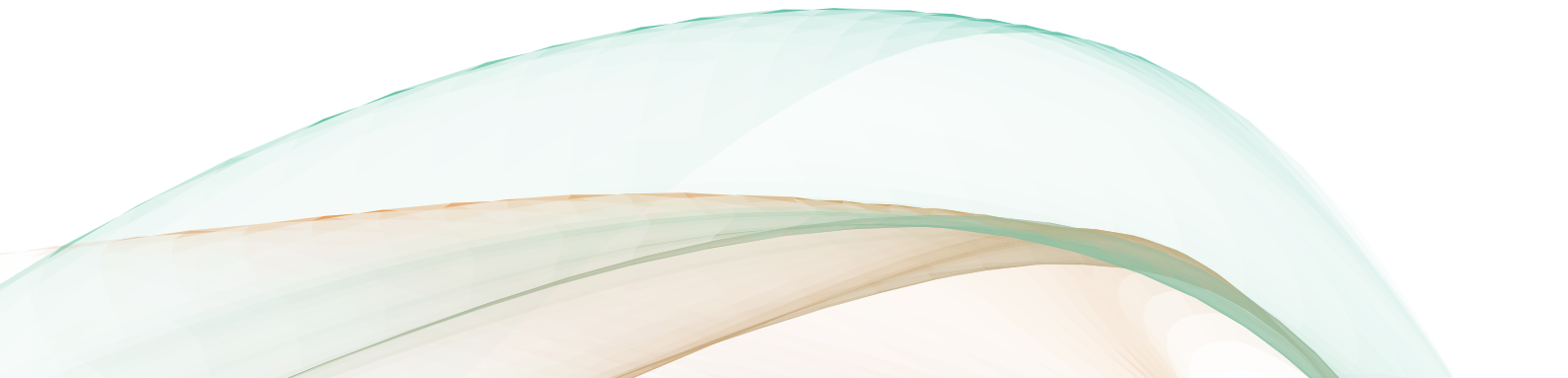
Imaginar qué necesita mi hijo si empatizo con él es una acción común para cuidar de esas necesidades.

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

• SENTIMIENTOS DE MI HIJO CON EL GRUPO

- Agobiada
- Insegura
- Aburrida
- Cansada

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

- Ser vista
 - Libertad de elegir
 - Autonomía
 - Atención de mi madre
 - Tener un sitio en la familia
 - Valoración
- 

RESUMEN SESIÓN 6 Y 7

3. POSIBLE DIÁLOGO

Madre: Quiero decirte que no estoy satisfecha con enfadarme contigo cuando no haces los deberes. Cuando sigues leyendo cuando te digo que los haces. ¿Es porque quieres elegir cuando hacerlos?

Hija: es que soy mayor para decidir cuándo hacerlos.

Madre. Gracias por decírmelo que me doy cuenta de que quiero confiar en que eres capaz.

Hija: Es que luego no confías.

Madre: Me doy cuenta de que en el fondo te llega de que no eres capaz.

Hija: es que a mis hermanas no las tratas igual. No estás detrás con los estudios

Madre: Valoro mucho esto que me dices y como te opones a la falta de confianza y estés cansada. Y me pones un trabajo y quitar de ti la idea de que no eres capaz y te propongo a que me ayudes a pensar a que eres capaz de organizarte.

Hija. Un poco de ayuda si. Que me ayudes a la hora que es. Si tengo dudas que me ayudes.

Que no pases de mi.

Madre: Yo te ayudo hacer los deberes y con respecto a la hora te pongo un despertador. Y lo que voy a quitar de mi cabeza es que no eres capaz.

Hija: entonces puedo estudiar después de cenar.

Madre eso no hija. Quiero cuidar de tu descanso y del mío Ahora si podemos retrasar la cena 15 minutos y luego ya cada una a la cama.

Y vamos a ver cómo van las cosas. No te digo nada de los deberes porque quiero limpiarme de mi cabeza de que no eres capaz. Eso sí una alarma te pongo.

Y voy a apuntar de lo que eres capaz. Y te lo enseño.

Y la cena se queda en la hora que está.

Hija: Me gusta mamá

Madre: Me has abierto mucho los ojos.

4. REFLEXIÓN CON EL GRUPO.

Puntos básico a la hora de poner límites.

Qué modelos tenemos de poner es decir ESTO NO.

El límite está alrededor del NO.

Cuando un niño tiene problemas nuestra labor se resume muchas veces en decir "este niño necesita límites" el problema es que a nuestros hijos no le ponemos límites.

Y desde este modelo social se consigue lo contrario de lo que se quiere cuidar.

Ejemplo: Un adolescente con problemas de comportamiento. Y el orientador le dice: tenemos estos problemas con tu hijo y a tu hijo le faltan límites.

El padre y la madre se van fatal pensando que los problemas de su hijo son culpa suya y piensan que tienen que poner límites muy duros.

Llegan a casa y le castigan. Si no haces los deberes no sales, no te doy la consola...

RESUMEN SESIÓN 6 Y 7

El adolescente cada vez se porta peor porque lo vive como un castigo y le incita a portarse peor.

Aquí estamos en otro paradigma.

Una forma de poner límites sin perder la conexión.

Aquí lo hacemos diferente. Poner un límite sin perder la conexión con mi hijo o mi hija.

PASO 1

QUÉ ME PASA A MI

QUE SIENTO Y QUÉ NECESITO.

PASO 2

DE QUÉ QUIERE CUIDAR MI HIJA O MI HIJO

YO QUIERO ESTAR SEGURA DE QUE CUIDO DE TI Y TÚ QUIERES PERTENENCIA, AUTONOMÍA,
QUIERES DIVERSIÓN, SENTIRTE VALIOSA.

FÓRMJLA PARA EXPRESAR LÍMITES:

