

NOSOTR@S
ASÍ LO HACEMOS.....



**PAUTAS EDUCATIVAS DE PADRES Y MADRES
CON HIJ@S ADOLESCENTES....**

Edición:

- Ayuntamiento de Torredelcampo. Concejalía de Bienestar Social. Programa "Ciudades ante las Drogas".
- Junta de Andalucía. Consejería de Igualdad y Políticas Sociales.
- Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Secretaría de Estado de Servicios Sociales e Igualdad. Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas.

Colaboran:

- I.E.S. "Miguel Sánchez López" de Torredelcampo.
- I.E.S. "Torre Olvidada" de Torredelcampo.
- Centro Provincial de Drogodependencias de Jaén.
- Familias del I.E.S. "Miguel Sánchez López".
- Familias del I.E.S. "Torre Olvidada".

Equipo de Trabajo:

- Antonia Padilla Martínez.
- Francisca Alcántara Godino.
- Dolores de los Riscos Casasola.
- Mayte Moreno Pestaña.
- M^a Julia Parras Cañada (Coordinación).

Diseño e Ilustración:

"Ciudades ante las Drogas".

C/ Plaza Juan XXIII, s/n.

23640 Torredelcampo.

Jaén.

Tel.: 953 567 815

Email: sindrogas@torredelcampo.es

Maquetación e Impresión:

DIDOT Comunicación Gráfica.

Deposito Legal:

J 401 - 2015

Conscientes de la capacidad que tiene el lenguaje de ocultación de las mujeres, en la redacción de esta guía se han utilizado genéricos como "familia" o "juventud" en aquellas expresiones en las que ha sido posible. Donde ello no ha sido factible, se ha usado el masculino como genérico, con la finalidad de facilitar y agilizar la lectura de esta guía. Es por ello, que las expresiones hijos o padres hacen referencia tanto a hijos e hijas; padres y madres. Consideramos importantes estas aclaraciones ya que el lenguaje suele ser un instrumento de invisibilidad de la mujer.

"Ciudades ante las drogas"

Educar en valores para formar a personas libres

Estimada y estimado, madre y padre:

Posiblemente unos de los aspectos que más nos preocupe a los padres y madres en relación a la educación de nuestros hijos e hijas, sea su capacidad de ser libres, de elegir desde el conocimiento y la formación, de hacer frente a la presión social y que sean ellos y ellas mismas, sin dejarse influir por la coacción del grupo o de las modas.



Como madre, siempre he sentido una gran inquietud ante la posibilidad de que mis hijos no tuviesen la suficiente confianza para hablar conmigo o con su padre, sobre cualquier tema que les preocupase o se planteasen. Siempre he sido consciente que la mejor fórmula para ayudar a nuestros hijos a tomar decisiones correctas tenía que plantearse desde la comunicación, la información y la EDUCACIÓN.

Por ello, esta guía para padres y madres, en la que se nos plantean pautas educativas que nos ayudan a prevenir o retrasar el consumo de sustancias o productos adictivos, nos puede resultar de gran ayuda a la hora de enfrentarnos a este problema por medio de la educación y la formación familiar.

Este manual, tiene la particularidad de recoger las propuestas de un grupo de trabajo formado por padres y madres de ambos IES de la localidad, quienes de forma voluntaria han cedido su experiencia educativa, compartiendo con todos nosotros las pautas que siguen a la hora de educar a sus hijos. En ello, se basa la novedad de esta publicación, es un material hecho por padres y madres para padres y madres.

Por tanto, quiero expresar mi agradecimiento a estas familias así como al equipo técnico implicado, por haber hecho realidad una idea tan innovadora.

Espero que esta guía sea útil y que nos ayude a todos y a todas a educar a nuestros hijos e hijas poniendo en valor la salud y la libertad para saber elegir desde la responsabilidad y el criterio personal.

Un afectuoso abrazo.

INDICE

1. Dificultades más importantes a la hora de educar. _____	06
2. Expresando el afecto. _____	07
3. Comunicándonos con nuestros/as hijos e hijas. _____	08
4. Poniendo normas y límites. _____	11
5. Tomando decisiones en familia. _____	17
6. Fomentando la autonomía y responsabilidad en los hijos e hijas. _____	20
7. Analizando cuestiones específicas: _____	24
A) Drogas. _____	24
B) Sexualidad. _____	27
C) Alimentación. _____	30
D) Deporte. _____	30
E) Ocio. _____	31
F) Aspectos académicos. _____	33
8. Actuando ante problemas concretos. _____	35
- Si andan con amigos que no “nos gustan demasiado”. _____	35
- Si han tomado una decisión con la que _____ no estamos de acuerdo.	36
9. Bibliografía y webgrafía. _____	38

DIFICULTADES MÁS IMPORTANTES A LA HORA DE EDUCAR

Como todas las familias con hijos e hijas adolescentes tenemos una serie de problemas y aspectos que nos preocupan, posiblemente coincidan con los que te preocupan a ti como padre o como madre de adolescentes:

- Hemos de educar de forma diferente a como nos educaron a nosotros, no tenemos un referente claro y además somos conscientes de que necesitamos formación en materia educativa.
- En ocasiones, nos planteamos si estaremos haciendo bien nuestra tarea educativa, si establecemos bien los límites o si graduamos bien el nivel de exigencias y peticiones que hacemos a nuestros hijos.
- A veces, nos preocupan sus juntas y sus amistades ya que pueden chocar con lo que se ve, se dice y se oye en casa.
- Otros aspectos importantes hacen referencia a la marcha de sus estudios.

Y en definitiva, la adolescencia como etapa, con sus dificultades y problemas añadidos, como son el consumo de alcohol, la sexualidad, la falta de recursos de ocio para adolescentes, la presión social y de los medios de comunicación que en ocasiones marcan serias diferencias con lo que enseñamos en casa, etc...



Pero la llegada a la adolescencia no sólo ha supuesto cambios en nuestros hijos sino que también nosotros hemos cambiado en la forma en que nos relacionamos con ellos.

En nuestro caso:

- Hemos adaptado nuestras expectativas.
- Usamos el razonamiento ante los problemas.
- Hemos cambiado nuestras exigencias.

EXPRESANDO EL AFECTO

La expresión de los sentimientos y del afecto es básica para el mantenimiento de la armonía familiar, sin embargo, en la adolescencia, los hijos pueden volverse más reservados de forma que la demostración del cariño se hace, por lo general, más en el ámbito de lo privado.



Con relación al afecto, nosotr@s, así lo hacemos:

Transmitimos la afectividad mediante el tono de nuestra voz, el lenguaje verbal de nuestro cuerpo, así como la forma en que decimos las cosas.

Como padres nos basta observarlos un poco para saber cómo se sienten, por lo que la atención a sus necesidades también pasa por analizar su comunicación no verbal.

Pensamos que el afecto no es algo negociable o que pueda utilizarse como chantaje para lograr que nuestros hijos hagan algo que nosotros deseamos. Con el afecto no se juega.

Tampoco nos gusta retirarlo como forma de control o de castigo, hace daño y no les enseña a comportarse.

Procuramos evitar las comparaciones entre los hermanos y las críticas personales ya que suelen lastimarles y no les aporta nada.

COMUNICÁNDONOS CON NUESTROS/AS HIJOS/AS

Pensamos que la comunicación es una herramienta fundamental para que nuestros hijos se sientan queridos y aceptados. Creemos que muchos problemas de conducta se resuelven gracias a una buena comunicación familiar, a pesar de que durante la adolescencia ésta puede ser más complicada.

Como cualquier familia con hijos adolescentes tenemos problemas de comunicación con ellos:

- El adolescente tiene días, hay veces que está muy hablador y otras no.
- Suele creer que lo sabe todo.
- Hay temas de los que se niega a hablar como por ejemplo el sexo.



Pero estas dificultades intentamos superarlas y así lo hacemos:

- La comunicación es un hábito que tenemos desarrollado con ellos desde que eran pequeños.
- Nos gusta hablar y tratar todo tipo de cuestiones: drogas, amistades, asuntos personales, etc.... les damos nuestras opiniones procurando no imponerlas.
- Tenemos un momento específico al día para hablar con ellos, en general durante la comida.

- Procuramos hablarles como a personas adultas y no de manera infantilizada, adaptando el lenguaje a su nivel comprensivo.
- Siempre les hablamos cara a cara procurando dejar de lado lo que estemos haciendo en ese momento.
- Pensamos que la comunicación por whatsapp o por teléfono no es adecuada y menos para abordar los problemas importantes.
- A veces, ante una situación inesperada o desagradable, tenemos dificultades para controlar nuestras emociones por lo que, podemos decir cosas de las que después nos podemos arrepentir; en estos casos siempre pedimos disculpas a nuestros hijos dejándoles claro que los padres también nos equivocamos.



En la comunicación con nuestros hijos nosotr@s así lo hacemos:

- Cuando no quieren hablar sobre algún problema que les pueda preocupar, no los obligamos sino que preguntamos de otro modo, usamos mucha mano izquierda, buscamos momentos propicios. Siempre hay que insistir pero con otras estrategias.
- No solemos tener temas tabú y procuramos que se sientan cómodos para hablar en confianza de cualquier cuestión.
- En situaciones complejas, nos gusta advertir acerca de los riesgos y solemos aprovechar cualquier situación, una serie de TV, una noticia de prensa o una conversación para abordarla.
- También hemos comprobado que las vacaciones son un buen momento para hablar en familia, ya que se fuerzan las relaciones al pasar más tiempo en familia.



PONIENDO NORMAS Y LÍMITES



Pensamos que la vida está llena de normas y que es conveniente que nuestros hijos se habitúen a respetarlas desde pequeños, porque cuando en la familia no las hay, los hijos suelen mostrarse inestables, desorientados y con poca tolerancia a la frustración.

Nosotr@s, así lo hacemos:

- Nuestros hijos han tenido límites desde que eran pequeños.
- Tenemos normas que son de obligado cumplimiento familiar y que debemos cumplir todos, incluidos nosotros (el padre y la madre), así les damos ejemplo.
- Como pareja solemos hablar previamente y acordar las normas y límites, así cuando uno ha tomado una decisión y ha puesto una norma, esa decisión se respalda siempre por el otro.
- No les damos cosas simplemente porque las tienen los demás, sino procurando que se las ganen con su esfuerzo.
- Pensamos que es importante que aprendan a autocontrolarse y que sean ellos mismos quienes se pongan límites.



Con las normas y los límites nosotr@s así los hacemos:

- Cuando ponemos normas siempre argumentamos el por qué de su conveniencia, procurando diferenciar entre normas que hay que imponer y otras donde más que normas son negociaciones:
- Solemos entrar en negociación en temas tales como el uso de la playstation o móvil.
- No solemos negociar la hora de vuelta a casa, aunque hay flexibilidad en casos excepcionales.
- Evitamos los gritos e imposiciones, ya que para educar correctamente es necesario autocontrolarnos y tener paciencia, por tanto, consideramos muy importante pensar antes de poner un castigo para evitar “pasarnos” o arrepentimos.
- Damos un margen de confianza a nuestros hijos siempre que es posible y, procuramos equilibrar que, tanto las normas como los castigos sean coherentes.
- No consentimos chantajes del tipo “mis amigos vienen más tarde”, tampoco nos gusta el chantaje emocional como estrategia educativa.



Hemos puesto normas en cuestiones como:

Uso de móvil:

- Controlando con quién contactan en su whatsapp.
- No permitiendo su uso durante las comidas, en reuniones familiares, mientras estudian o en su dormitorio cuando se van a la cama.



Horarios para cuestiones diversas (salidas/llegadas a casa, tiempo de televisión, play, etc...) que vamos graduando en función de la edad.

Les solicitamos que ellos organicen su tiempo libre y de estudio.

Normas con relación a tareas en casa que ellos deben hacer como:

- Recoger su cuarto, zonas comunes y sus cosas.
- Poner y quitar la mesa.
- Sacar el lavavajillas.
- Tender y recoger la ropa.

Normas con relación a la paga:

· No todas las familias optamos por poner paga, pero las que lo tenemos establecido, así lo hacemos:

- Les asignamos entre 3-5 euros semanalmente.
- Algunos padres pensamos que la paga no debe estar supeditada a ninguna condición en general, ya que, tiene un objetivo educativo en sí misma, puesto que, con su administración nuestro hijo aprende a controlar sus gastos.
- Otros padres pensamos que la paga debe estar supeditada a la conducta mantenida a lo largo de la semana.

Normas con relación a las tareas escolares: nos centramos en supervisar y comprobar que está todo hecho.

Normas con relación al respeto hacia las personas mayores, personas diferentes y a la autoridad del profesorado.



Cuando nuestros hijos NO cumplen las normas establecidas, nosotr@s procuramos:

- Explicar previamente la consecuencia que tendría su no cumplimiento.
- Siempre empezamos pidiéndoles explicaciones.
- Aplicar la consecuencia de forma inmediata.
- No delegamos responsabilidades en el otro miembro de la pareja *“lo que diga tu padre o tu madre”*, sino que la consecuencia la establece el que está más próximo a la infracción.
- Evitamos los castigos afectivos, por ejemplo, retirada de cariño, que generan un mal ambiente familiar.
- Procuramos que nuestros hijos reflexionen sobre lo que han hecho mal y cómo enfrentar la situación en otros casos parecidos.
- Hacemos uso de las consecuencias naturales, es decir, que experimenten por sí mismos los efectos de su irresponsabilidad.



Cuando nuestros hijos SÍ cumplen las normas establecidas, nosotr@s procuramos:

- Hacerles ver de forma inmediata que nos hemos dado cuenta de que lo han hecho bien con un beso o una sonrisa.
- No nos gusta anticipar los premios “si haces esto... el premio será...” sino que pensamos que los premios han de otorgarse después del esfuerzo y sin anticipación.
- Siempre los elogiamos y alabamos con mensajes alentadores.
- No solemos comprar objetos o premios materiales por hacer su trabajo escolar o cumplir con sus obligaciones, salvo en algún caso especial.



TOMANDO DECISIONES EN FAMILIA

Somos conscientes de la importancia que implica enseñar a nuestros hijos a que decidan por sí mismos. Ahora bien, entendemos que en las decisiones más importantes, las que les puedan afectar muy directamente, debemos ser nosotros como padres quienes tengamos la última palabra, siempre procurando no actuar de forma sobreprotectora.



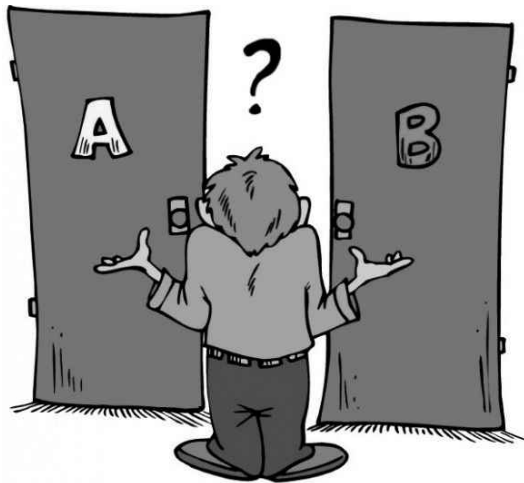
A veces, hay que empujarles a que hagan las cosas y se desenvuelvan por sí mismos para que aprendan a manejar las situaciones y vencer las presiones del ambiente.

En cuestiones como las siguientes, pensamos que debemos tener la última palabra, pero hablando y negociando la decisión con nuestros hijos:

- Si se trata de una decisión muy importante y determinante para su vida.
- Horarios de entrada y salida a casa.
- En cuestiones de ocio familiar (vacaciones, playa, visita a abuelos, etc..).

Cuando se nos plantean dificultades en la toma de decisiones, nosotr@s así lo hacemos:

- Si toman alguna decisión importante y no nos piden opinión, al principio se deja que la tomen ellos y, si no estamos de acuerdo, mediante el diálogo les vamos argumentando, exponiéndoles otros puntos de vista con sus pros y contras.
- Pensamos también que, en ocasiones, es necesario que asuman sus errores aunque ello suponga una gran angustia para nosotros.
- Ahora bien, en las situaciones en las que nuestro hijo ha adoptado una decisión que no nos ha gustado, hemos procurado mostrarle lo negativo de su decisión para que volviese a replantearse lo decidido. Siempre se ha procurado resolver estas cuestiones a través del diálogo y la negociación.



Nuestr@s hij@s también deciden en muchas cuestiones que les atañe directamente, en concreto:

- Estética (pelo, forma de vestir...)
- Ropa: libertad para comprarse la que quieran y vestirse a su estilo.
- Amistades, no mucha intervención; les damos nuestra opinión, sobre todo si la amistad en cuestión nos puede parecer que puede comportarle problemas, en ese caso hay supervisión y en el supuesto de peligro prohibición expresa.
- Estudios futuros: consideramos que deben ser ellos quienes decidan a qué quieren dedicarse cuando sean mayores, pero asesorándoles y dándoles nuestro punto de vista.
- Actividades de ocio y extraescolares.



FOMENTANDO LA AUTONOMÍA Y LA RESPONSABILIDAD EN LOS HIJOS E HIJAS:

Pensamos que la educación en la autonomía y la responsabilidad no hay que dejarla a la improvisación sino que los padres debemos reflexionar sobre cómo fomentarla, evitando actitudes sobreprotectoras, exigiendo no sólo que cumplan con sus responsabilidades académicas y escolares sino también, con la realización de tareas en el hogar. Este trabajo pensamos que debe empezar desde que son pequeños, a lo que debemos añadir la importancia de que conozcan las consecuencias que sus actos pueden comportarles.

Por supuesto, para el desarrollo de esta tarea nos encontramos con dificultades como:

- A veces nos sentimos débiles a la hora de exigir, “se transige mucho por evitar conflictos con los hijos”.
- En ocasiones hacemos cosas que les correspondería hacer a nuestros hijos por su edad.



Para fomentar la autonomía y la responsabilidad nosotr@s así lo hacemos:

- Exigimos a nuestros hijos la realización de tareas de forma graduada en función de su edad: empezamos por pedirles que recojan sus juguetes, ayuden a poner y quitar la mesa, recojan su ropa, material personal, etc...
- En casa, todos los miembros de la familia tenemos alguna tarea asignada y además la cumplimos de modo riguroso.
- Pensamos que es muy importante el ejemplo que los padres damos a nuestros hijos a la hora de participar en las tareas comunes.
- No establecemos diferencias por sexos a la hora de asignar funciones en casa.
- Siempre damos una explicación de lo que se les pide por anticipado.



Algunas de las tareas y obligaciones en las que les exigimos que actúen con autonomía y responsabilidad son:

- Realizar su matriculación en el IES.
- Organizar su tiempo de estudio.
- Limpiar su cuarto, sobre todo que esté ordenado, recogido, sin libros, etc...



- Colaborar en las tareas de poner y quitar la mesa, colocar y sacar el lavajillas, fregar el suelo...
- Organizar el tiempo libre personal (práctica deportiva).
- Dejar ordenadas las zonas comunes (baño, todo instrumental recogido, toallas, gel, etc...).
- Dejar la ropa personal en el canasto de la ropa sucia.



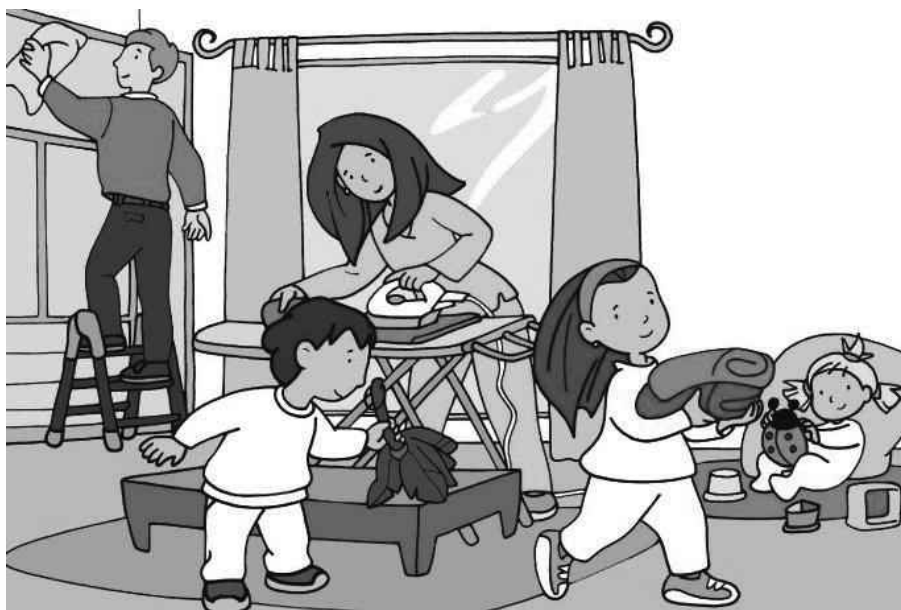
También les indicamos las consecuencias que comportaría no cumplir con lo establecido.

Intentamos que comprendan que todos los actos tienen consecuencias y que deben aceptar las responsabilidades de sus incompetencias, procurando no echar la culpa a los demás de sus actos.

En ocasiones las propias consecuencias naturales son suficientes: *“si la ropa está sucia o en el suelo deben ser ellos quienes la coloquen en su lugar adecuado, si no la ropa la encontrarán sucia y el cuarto desordenado”; “si los juguetes están tirados y no los recogen se entiende que es basura y se tira en una bolsa a la basura”.*

Procuramos reforzarles con un beso, gesto de complicidad o elogio cuando las cosas las hacen bien.

En general suele ser una buena solución mantener relaciones afectivas positivas con nuestros hijos ya que ello facilita el cumplimiento de la tarea.



ANALIZANDO CUESTIONES ESPECÍFICAS:

A) DROGAS

Consideramos que en este asunto es muy importante el ejemplo que los padres damos a nuestros hijos en las reuniones familiares y de amigos.

Nos preocupa mucho el tema del consumo abusivo de alcohol entre los adolescentes y pensamos que en esta cuestión es mejor no prohibir, sino hablar del tema con naturalidad y sin alarmismo.



En materia de drogas nosotr@s así lo hacemos:

Hablamos con nuestros hijos sobre las drogas tanto legales como ilegales:

- Solemos aprovechar algún hecho circunstancial como una noticia en TV alusiva al tema.
- Siempre lo abordamos en los momentos previos a las salidas: Romería, navidades o fiestas en general.
- Procuramos tratar la cuestión con naturalidad y subrayándoles su sentido de la responsabilidad para que nadie les obligue a hacer lo que no quieran y no entren en el juego de la presión del grupo.
- Les incitamos a que traten de ayudar a sus amigos si consumen en exceso o beben con más frecuencia de la debida.

También hemos puesto normas al respecto que hemos complementado con otras estrategias como:

- Darles recomendaciones.
- Exponerles nuestros ejemplos personales, en caso de ser fumadores, la forma en que hemos llegado a la adicción y las dificultades que tenemos para abandonar el hábito.



En el caso de que alguno de nuestros hijos llegase a casa bajo los efectos del alcohol u otra droga actuaríamos así:

- En primer lugar, dejaríamos que se le pasasen los efectos para luego hablar con él, quizás al día siguiente.
- La primera vez se razonaría, se le haría ver las consecuencias de su actitud...
- Pondríamos normas sobre el consumo, dejando clara la prohibición expresa de volver a consumir.



- Explicaríamos por anticipado las consecuencias del incumplimiento de la norma.
- También pensamos que es importante no irnos a dormir hasta que llegue nuestro hijo y ver en qué estado viene a casa.

B) SEXUALIDAD

Este es un tema que nos preocupa y del que solemos hablar con ellos, pero no buscando un momento concreto, sino cuando surge.

En casa la sexualidad la vivimos con naturalidad, no como un tema tabú, a pesar de que creemos que hoy en día los jóvenes reciben muchas presiones, a nivel social, para mantener relaciones sexuales, además creemos que se ha banalizado el tema y se vende un sexo vacío, sin afecto y mecánico.



Como padres y madres hemos de procurar que la educación sexual que ofrezcamos a nuestr@s hijas e hijos sea igual, ya que la responsabilidad de mantener relaciones sexuales es tanto del hombre como de la mujer.

En materia de sexualidad nosotr@s así lo hacemos:

- Para educar en la sexualidad es importante darles una buena información y confiar en ellos.
- Cuando les hablamos procuramos utilizar un lenguaje muy sencillo y abordamos el tema con naturalidad.
- Siempre trasladamos a nuestros hijos la idea de que ante cualquier problema deben acudir a nosotros para buscar entre todos una solución.
- También les enseñamos que la sexualidad es una responsabilidad y que deben asumir sus consecuencias.
- Ofrecemos mensajes de prevención con relación a las prácticas sexuales de alto riesgo.
- Les recalamos la importancia de que las relaciones sexuales deben iniciarse en un contexto donde exista afecto.



Ahora bien, en situaciones hipotéticas, nosotros así lo haríamos:

Si nuestros hijos tuviesen parejas hablaríamos del tema muy claro y les haríamos ver que deben utilizar todo tipo de medios de protección.

Pensamos que no tendríamos problemas en aceptar la orientación sexual de nuestros hijos, sea cual fuese.

En caso de que alguno nos plantease un cambio de sexo pensamos que les ayudaríamos a dar el paso puesto que los educamos en el respeto a la orientación sexual de las personas.



En caso de que alguno de nuestros hijos tuviese una pareja que no nos gustase, actuaríamos así:

- Abordaríamos la cuestión con mano izquierda, mucha comunicación y evitando la prohibición.

- Solo le prohibiríamos mantener esa relación en casos extremos por ejemplo si tenemos constancia de que es un maltratador o delincuente.



C) ALIMENTACIÓN

Nosotr@s así lo hacemos:

La planificación de la comida diaria es un tema que organizamos los padres. En casa se come lo que toca ese día.

Si la comida que se ha preparado no gusta a nuestros hijos, pueden comer menos pero no se prepara otra comida alternativa.

Si no come bien a mediodía, porque no le ha gustado la comida, no habría comida hasta la merienda o cena.



D) DEPORTE

Nosotr@s así lo hacemos:

- Nuestros hijos realizan deporte de forma habitual.
- Pensamos que en la práctica deportiva influye mucho nuestro ejemplo.
- Somos más partidarios de los deportes en equipo y al aire libre en la naturaleza.



E) OCIO

Nosotr@s así lo hacemos:

- Nos gusta que su ocio sea básicamente activo, procuramos orientarlos hacia el deporte y otras actividades que redunden en un ocio positivo.
- Solemos saber dónde van y con quién andan cuando salen. En principio confiamos en ellos y se lo hacemos saber. Como promedio nuestros hijos:

- Suelen salir entre 2-4 días a la semana, en general los viernes y sábados, salvo en verano que la salida es casi a diario.
- De media suelen estar fuera entre 3-5 horas.

Para saber dónde están y con quién van hacemos lo siguiente:

- Algunos disponemos de un dispositivo de móvil que señala la localización de la persona: "Donde está family"... con especificaciones sobre su uso:
 - Este dispositivo no sólo lo tienen los chicos/as sino toda la familia "Estamos todos controlados", "al tener todos el dispositivo facilita el cumplimiento de la norma ya que se aplica a todos por igual".
 - Además es una medida de seguridad en caso de algún problema.



Otras estrategias son:

- Llevamos y recogemos a los chicos al lugar donde han quedado con sus amigos.
- Preguntamos a amigos y familiares de amigos dónde han estado y qué han hecho.
- Permitimos hacer reuniones dentro de casa, pero estableciendo normas con relación al número de los que pueden estar dentro, horarios etc...

Tenemos pautas concretas en aspectos de ocio:

Limitaciones en el uso del móvil:

- No pueden comer con él encendido ni llevarlo a su habitación a la hora de acostarse.
- No pueden usarlo hasta que no se hayan realizado las tareas y deberes escolares.
- El fin de semana pueden disponer de él más tiempo.



Videojuegos:

- Está prohibido su uso entre semana.
- Hemos regulado el número de horas para el fin de semana, en este caso pueden usarlo un máximo de 4 horas al día y en fines de semana.



F) ASPECTOS ACADÉMICOS

Nuestro objetivo, como el de cualquier familia, es que nuestros hijos terminen unos estudios y tengan un nivel cultural aceptable. Ponemos mucho énfasis en el esfuerzo para que consigan sus propias metas y es por ello que valoramos esto más que los resultados obtenidos, sobre todo cuando vemos que se han esforzado al máximo.



En relación al tiempo de estudio, nosotr@s así lo hacemos:

- Procuramos que nuestros hijos sean plenamente autónomos a la hora de organizar su trabajo escolar, eso sí, supervisamos su trabajo académico.

- Intentamos que no se agobien porque algunos son muy autoexigentes.

- También nos gusta recompensarlos, pero con besos, ternura... y en algún caso con algún detalle a final de curso, aunque no es necesario.

- Solemos tener tutorías, al menos, una vez al trimestre.





- Cuando ha ocurrido alguna desavenencia entre el profesorado y nuestros hijos, siempre hemos apoyado al profesor delante de nuestros hijos, aunque en alguna ocasión hayamos mantenido alguna entrevista en privado con el profesor para aclarar la situación.
- Admitimos todas las recomendaciones que pueda hacernos el profesorado sobre los aspectos académicos de nuestros hijos y procuramos seguirlas por el bien de nuestros hijos.
- Consideramos muy importante la relación familia-escuela y nos implicamos a fondo en los temas educativos.
- También tenemos unas expectativas muy altas con relación al futuro de nuestros hijos, estamos convencidos de que llegarán a ser “buenas personas”.



ACTUANDO ANTE PROBLEMAS CONCRETOS:

Si andan con amigos que no “nos gustan demasiado”

Una de las preocupaciones que tenemos muchas familias con hijos adolescentes se refiere a cómo actuar cuando tienen amigos o amigas que no “nos gustan demasiado”. La cuestión entraña dificultades en su resolución ya que **NO EXISTEN FÓRMULAS MÁGICAS SOBRE CÓMO GESTIONAR LA CUESTIÓN.**



Nosotr@s, así lo hacemos:

No les hacemos prohibiciones directamente sobre con quién deben andar, sino que les decimos lo que pensamos sin imposiciones y permitiéndoles que reflexionen.

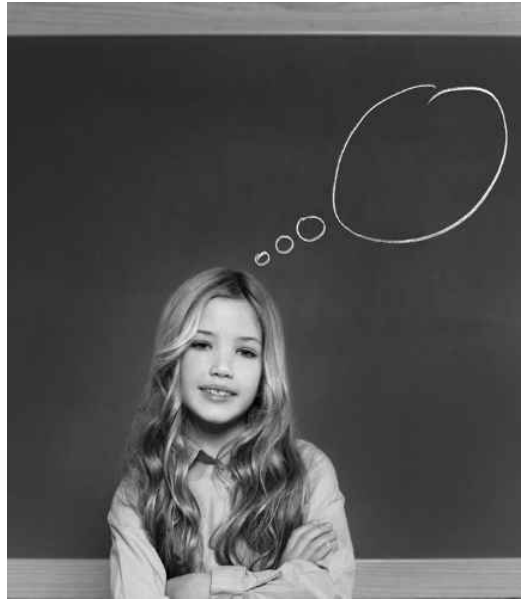
“Debemos expresarle que no nos gustan esas amistades aunque sin imponer que no se junten con ellos, poco a poco ves como se van apartando y son finalmente ellos quienes toman la decisión y se sienten más maduros.”

Intentamos conocer a sus amigos desde que son pequeños. *“desde pequeño estás al tanto de con quién va, aunque puede desviarse pero te haces una idea de con quién anda”.*

Les enseñamos a no discriminar a nadie, pero nos mantenemos alerta.

Les permitimos que vengan a casa con sus amigos estableciendo una serie de normas, como horario para no interferir en la dinámica familiar.

Si han tomado una decisión con la que no estamos de acuerdo:



Nosotr@s así lo hacemos:

- Hablamos con ellos e intentamos exponerles nuestro punto de vista.
- Procuramos tener cuidado con nuestras propias expectativas.
- Pensamos que debemos centrarnos en aconsejarles y darles nuestras opiniones, pero en la mayor parte de los temas creemos que debemos dejarlos decidir por ellos mismos. *"Me ha resultado duro el ver que así mi hijo no va a hacer lo que yo quiero".*
- Negociamos sólo casos y aspectos puntuales como el uso del móvil.
- No negociamos temas como:
 - Llegada a casa ya que son menores.
 - El consumo de ninguna droga.
 - El tiempo de estudio.

PARA FINALIZAR HEMOS DE TENER EN CUENTA QUE:

Estos consejos pueden extrapolarse a otras personas en función del contexto.

Ante problemas duros y difíciles estas pautas no sirven.

El entorno social influye en la educación.

Los medios de comunicación afectan a la educación de los hijos.



AGRADECIMIENTO

Desde el Ayuntamiento de Torredelcampo queremos expresar nuestro más sincero agradecimiento a las familias torrecampeñas que han colaborado desinteresadamente en este proyecto, y sin cuyas aportaciones hubiese sido del todo imposible la elaboración de este documento, que esperamos pueda ayudar a otras familias a solventar dudas en la difícil tarea de educar a sus hijos e hijas.

BIBLIOGRAFÍA (recomendada).

Ayuntamiento de Torredelcampo (2001): Educación y Prevención. Guía para familias con hijos e hijas en Educación Infantil y Primaria.

Aránega Español, S y Guitart Aced, R (2005): Hijos autónomos y responsables. Barcelona. Grao.

Domingo Bugida, S. y otros (1997): Educación para la prevención de drogodependencias. Materiales para la formación de padres. Proforpa. Madrid.

Duran Gervilla, A. y otros (2004): Manual Didáctico para la Escuela de Padres. Generalitat Valenciana. Conselleria de Sanitat y Ayuntament de valencia.

FAD y PMCD (2000): Prevención del consume de drogas en el ámbito familiar. Manual de prevención.. Ayuntamiento de Madrid.

Langis R (2002): Aprende a decir No a tus hijos". Málaga. Sirio.

Larroy García, C. (2007): Mi hijo no me obedece. Soluciones realistas para padres desorientados. Madrid. Pirámide.

WEBGRAFIA (recomendada).

www.juntadeandalucia.es/educacion/webportal/web/escuela-de-familias

www.orientacionandujar.es/wp-content/uploads/2014/04/GU%C3%8DA-PARA-FAMILIAS-CON-ADOLESCENTES.pdf

www.carei.es/wp.../GUIA9-CONVIVIR-ADOLESCENTES-MADRID.pdf

www.asturias.es/Asturias/ARTICULOS/adolescentes-guia.pdf

escueladepadresymadresupz.blogspot.com/

www.pnsd.msc.es/Categoria2/publica/pdf/guia.pdf



AYUNTAMIENTO DE TORREDELCAMPO
Concejalía de Bienestar Social



JUNTA DE ANDALUCÍA
CONSEJERÍA DE IGUALDAD, Y POLÍTICAS SOCIALES
CONSEJERÍA DE EDUCACIÓN



**DIPUTACIÓN
DE JAÉN**



MINISTERIO
DE SANIDAD, SERVICIOS SOCIALES
E IGUALDAD

SECRETARÍA DE ESTADO
DE SERVICIOS SOCIALES
E IGUALDAD

DELEGACIÓN DEL GOBIERNO
PARA EL PLAN NACIONAL SOBRE DROGAS

