

DEPARTAMENT D'ORIENTACIÓ

IES SA COLOMINA

Carrer Vicent Serra i Orvay, 40.

07800- Eivissa

Tlf. 971315853- Fax 971320649

<http://www.iessacolomina.es>

iessacolomina@educacio.caib.es



“Quasi de cop, amb 12 o 13 anys , sembla que comencin a ser unes altres persones. En algun moment tot continua igual, encara segueixen semblant nens. Però uns moments després ja no els reconeixem . Iguals i diferents , grans i petits, madurs i infantils. . .

Tot just acaben de començar una etapa de la vida que de manera genèrica anomenem ADOLESCÈNCIA i la nostra vida adulta comença a emplenar-se de desconcerts.””

1. ENTORN FAMILIAR

- ◆ La gran part dels pares i mares es senten impotents quan no troben solucions per als problemes que sorgeixen en l'educació i el comportament dels seus fills i filles, i a vegades fan que el dia es faci insuportable.
- ◆ Per això és necessari que des de ben petits s'hagin anat creant hàbits en el comportament dels vostres fills.

ENTORN FAMILIAR ORIENTACIONS (1)

- ◆ Hem d'aprendre a ESCOLTAR amb atenció. Si no és així cercarà fora de casa algú que l'atengui i quan tingui un problema serem els darrers en adonar-nos.
- ◆ Hem de transmetre'ls AFECTE, ja que és bàsic per un bon desenvolupament. Si els demostrem els nostres sentiments i emocions facilitarem que ells també ho facin.

ENTORN FAMILIAR ORIENTACIONS (2)

- ◆ No hem d'utilitzar o fer **COMPARACIONS**, ja que si no fem que depengui de les opinions i valoracions dels demés, no potenciant així la seva **AUTOESTIMA**.
- ◆ No hem de fer **DESQUALIFICACIONS** ja que donen lloc a un sentiment d'inferioritat.

ENTORN FAMILIAR ORIENTACIONS (3)

- ◆ Hem de donar-los **RESPONSABILITATS** i que prenguin les seves pròpies decisions. Repartir les tasques domèstiques, que assumeixin les conseqüències quan no fan alguna cosa.
- ◆ És important valorar l'esforç, no sols els resultats (aquests milloraran amb el temps i la pràctica.)

ENTORN FAMILIAR ORIENTACIONS (4)

- ◆ Han d'existir unes **NORMES** a casa, uns límits, sense caure a l'autoritarisme ni en l'excessiva tolerància.
- ◆ Les normes han de ser clares, poques, adaptades a la seva edat, justes i raonades amb ell/ella. Hem de ser coherents i no saltar-nos les nostres pròpies normes.

ENTORN FAMILIAR ORIENTACIONS (5)

- ◆ Ensenyar-los a AFRONTAR DIFICULTATS, animar-los quan les coses no surten bé i valorar tant l'esforç com el resultat.
- ◆ No hem de solucionar tots els seus problemes per estalviar-los sofriments, això és sobreprotecció. La sobreprotecció és l'enemiga de la maduració.

2. ENTORN SOCIAL (1)

- ◆ Les persones no poden relacionar-se sols amb la seva família, necessiten a altres individus per no sentir-se marginades, aïllades i avorrides. L'individu necessita sentir que pertany a un grup, i molt especialment a l'adolescència.

2. ENTORN SOCIAL (2)

- ◆ Durant l'adolescència és important ajudar al nostre fill/a a organitzar el seu temps lliure, la pertinença a grups, clubs socials a associacions juvenils i culturals l'ajudaran a potenciar capacitats, aptituds i habilitats de tot tipus, i sobretot l'ajudaran a formar una personalitat sana per tota la vida

ENTORN SOCIAL ORIENTACIONS (1)

- ◆ **AFAVORIR** les relacions d'amistat, la pertinença a grups o associacions.
- ◆ **EVITAR QUE S'AÏLLI** socialment, que no tengui amics.
- ◆ **CONÈIXER** els seus amics, ofereix-li la vostra casa per fer les seves reunions, veure la televisió, escoltar música o que convidi els seus amics a dormir. Així sabreu amb qui es relaciona.

ENTORN SOCIAL ORIENTACIONS (2)

- ◆ **CONVERSAR** amb ells sobre els seus amics, el que fan, com es diverteixen .S'ha d'evitar ser molt crítics i autoritaris a l'hora de dir-li el que està malament, proposar de forma suau el que penseu que podria fer. Si veu que el critiqueu freqüentment el que fa, “passarà” de contar-vos-ho i quan tengui problemes també els callarà per por a la crítica i la falta de suport.

ENTORN SOCIAL ORIENTACIONS (3)

- ◆ Marcar unes **NORMES** justes per “sortir i entrar de casa”. No caiguen amb la permissivitat total o en la sobreprotecció, limitant les seves accions per por o perills poc freqüents.

2. ENTORN ESCOLAR (1)

- ◆ És molt important que existeixi una relació entre l'institut i la família, que us entrevisteu freqüentment amb el tutor/a i professorat del vostre fill/a. Ells són les persones més indicades per informar-vos del seu progrés i la seva adaptació i aconsellar-vos sobre el que heu de fer i tenir en compte.

2. ENTORN ESCOLAR (2)

- ◆ Igualment, si noteu algun problema amb el vostre fill/a, en la seva adaptació al centre o dificultat per aprendre, podeu entrevistar-vos amb l'orientadora (psicopedagoga) del centre. Tant el tutor com l'orientadora vos podran orientar si realment el que heu detectat és important i a tenir en compte.

ENTORN ESCOLAR ORIENTACIONS (1)

- ◆ INTERESSEU-VOS per tot el que fa a l'institut .
- ◆ Verifiqueu amb regularitat els seus resultats acadèmics. No esperar al final de l'avaluació, millor abans per poder preveure els resultats.

ENTORN ESCOLAR ORIENTACIONS (2)

- ◆ Manifesteu la vostra satisfacció quan “les coses” van bé. Elogieu els seus esforços, valorant les seves qualitats personals i acceptant sense desànim les seves limitacions. Poseu-li metes i esforços realistes.
- ◆ **RACIONALITZEU EL TEMPS** que el vostre fill dedica a veure la televisió, o a jugar amb l'ordinador o videojocs, etc.

ENTORN ESCOLAR ORIENTACIONS (3)

- ◆ Ajudeu-li a planificar, a respectar i a complir un HORARI DE TREBALL on hi hagi el temps dedicat a l'estudi i a les altres activitats.
- ◆ Cerqueu-li un ESPAI fix per l'estudi, lliure de distraccions, una taula escriptori amb llum adequada i materials de consulta.

ENTORN ESCOLAR ORIENTACIONS (4)

- ◆ Procureu que el vostre fill/a porti una vida ordenada i descansi el temps necessari.
- ◆ Abans de buscar ajuda pel vostre fill/a en els estudis analitzeu si s'esforça el suficient i valoreu els seus problemes concrets.

ENTORN ESCOLAR ORIENTACIONS (5)

- ◆ Oferiu-li la vostra col·laboració, però no faceu res que pugui fer totsol.
- ◆ Preocupeu-vos per ell/ella com a persona, no sols com estudiant.

ENTORN ESCOLAR ORIENTACIONS (6)

- ◆ Critiqueu o corregiu les seves errades (el que sigui concret), però mai la seva persona, no utilitzant expressions com “ets un desastre”, “no ho aconseguiràs mai”, etc.
- ◆ **PARCICIPAR EN L'APIMA** (associació de pares i mares d'alumnes) us permetrà estar al dia i intercanviar opinions amb altres pares i mares.

CONCLUSIONS

LA VOSTRA COL·LABORACIÓ EN EL PROCÉS D'ENSENYAMENT I APRENTATGE DEL VOSTRE FILL/A ÉS INDISPENSABLE PER LA SEVA EVOLUCIÓ POSITIVA COM ESTUDIANT I COM A PERSONA.

Quan darrera un adolescent hi ha els seus pares els problemes grossos es fan més petits i els petits desapareixen.