

# Educar en la responsabilidad y el esfuerzo



# ¿Qué es ser responsable?

- Cumplir las obligaciones propias de cada edad y situación.
- Cumplir los compromisos asumidos.  
(El cuidado de las mascotas es responsabilidad de sus dueños.)
- Asumir las consecuencias de sus propias acciones.  
(Cada uno es responsable de sus actos. Debe responder ante los demás de ellos.)

# Los niños son responsables si...

- Realizan sus tareas **sin que haya que recordárselo** en todo momento. Son independientes.
- Pueden **razonar** lo que hace ¿qué haces? ¡No lo sé!
- **No echan la culpa** a los demás por sistema
- Son capaces de **escoger** entre diferentes alternativas.
- Pueden jugar y trabajar **a solas** sin angustia.
- Pueden tomar **decisiones distintas** de las que toman otros (clase, pandilla, hermanos)
- Tienen **variados intereses, en los que emplear su tiempo**
- Conocen y respetan los **límites** impuestos por padres o profesores sin discusiones inútiles.
- **Reconocen sus errores.**
- Pueden **concentrar su atención** en tareas complicadas (propias de los 9-10 años) durante cierto tiempo.
- **Llevan a cabo lo que dicen** que van a hacer.

# Actitudes educativas que no favorecen la responsabilidad

- Una **actitud** excesivamente **sobreprotectora** que impida a nuestro hijo hacer las cosas por sí mismo y hacerse cargo de sus responsabilidades.
- Una **actitud** excesivamente **permisiva** sin normas y límites
- Una **actitud** de **exigencia excesiva** es igualmente nociva. Al no estar preparado les generará inseguridad y miedo.

# Los padres **no** educamos en la responsabilidad si...

- Les **recordamos las cosas** cuando a ellos “se olvidan.”
- **Lo hacemos nosotros** porque “es más sencillo.”
- **Subestimamos la capacidad** de su hijo.
- Calificamos a los niños de **incompetentes** o irresponsables. Permitimos que **se califiquen a sí mismos** así.
- Hacen cosas por sus hijos “**para que les quieran**” o para no herir sus sentimientos.
- **Dan el ejemplo contrario** al que pretenden inculcar. (haz lo que yo te diga...)
- No marcan claramente **las cosas que se desean** de sus hijos.

# ¿Cómo educar en la responsabilidad?

- En primer lugar, para exigir responsabilidad hay que tener en cuenta:
  - La edad.
  - El desarrollo evolutivo del chico.
  - Las capacidades de nuestro hijo.
- **Estableciendo límites adecuados.** Muy importante.
- Enseñándole a respetar y cumplir, por este orden, las normas de la **casa, del colegio, de la sociedad.**
- Utilizando las **tareas y obligaciones** propias del funcionamiento de la casa para crear responsabilidad ( ordenar la habitación, su ropa, su mochila..)
- **Siendo coherente.** Es la única manera de hacerles ver que los adultos dicen las cosas en serio. Esto, además, da seguridad a los niños. Hay que explicitar una serie de normas (pocas y claras) de obligado cumplimiento. **No siendo arbitrario;** es decir, a una determinada conducta debe seguir siempre una determinada consecuencia. Debe seguirse siempre el mismo criterio.

- Estableciendo costumbres lo más regulares posibles (**horarios, hábitos, formas de comportarse**).
- **Aclarándoles lo que queremos**, comunicar de manera **sencilla y directa** y concretar cuales son las **consecuencias** esperables si actúan en consonancia o no con esas expectativas.
- No les recuerde las cosas una vez que está seguro de le han escuchado y entendido.
- Es importante enseñarles a cuidar y responder de sus cosas, pero también hemos de inculcarle respeto y cuidado por las cosas de **los demás**.
- Hay que enseñarles que el **estudio y el trabajo** son sus obligaciones y que con su **esfuerzo** deberá responder ante ellas.
- Ayudarles a **reconocer y aceptar sus errores** y a repararlos.
- Desarrolle en sus hijos la sensación de que poseen recursos, oportunidades y capacidades para **influir sobre las circunstancias de la propia vida**.
- Además de todo esto, sin duda el mejor método es **el ejemplo**. Los chicos imitan a sus padres, les toman como modelos y muchos de los valores, actitudes y creencias que adoptarán a lo largo de su vida tienen que ver con lo visto por ellos en sus padres.

- Ayúdeles a **tomar decisiones**. Para ello:
  - Ayúdeles a buscar todas las alternativas.
  - Seleccionar la más adecuada, una vez analizados los pros y los contras.
  - Valorar las consecuencias de la decisión
  - Una vez tomada la decisión, aplicarla y analizar su resultado.
- **Si nuestros hijos actúan de forma responsable:**
- Hágaselo saber de palabra.
- Destaque sus logros, no solo sus fallos.
- Apóyeles si realmente lo necesitan.
- Muestre interés por sus cosas y anímeles.
- Comparta con ellos algunas tareas de vez en cuando.



# EL ESFUERZO



# El esfuerzo

- La labor nuestra como padres es proporcionarles herramientas, estrategias y capacidades que les ayuden a **enfrentarse con la vida**. Hay que enseñarles que el esfuerzo existe. Ponerles ejemplos (la vida de unos padres está llena de ellos).
- Al principio habrá que enseñar a esforzarse por pequeñas cosas fáciles.
- Es muy positivo intentar enseñar a **controlar los impulsos**, a vencer los estados de ánimo, la impulsividad, la impaciencia.
- Hay que marcar **metas** que sean realistas.
- Son útiles preguntas como: ¿Qué quieres hacer con este asunto? , ¿Cuál es tu objetivo?, ¿Qué te propones con esto?, haciéndoles ver que todo supone un esfuerzo pero **merece la pena**.
- Igual que en el caso de la responsabilidad (y en todo) el **ejemplo** es fundamental.
- El objetivo debe ser que valoren el esfuerzo, que **no se quejen** cuando las cosas no le salen según lo previsto, que **asuman sus propios errores** y a pesar de las dificultades sean capaces de **seguir adelante**. No solo el ejemplo de los padres es importante, también se puede recurrir a figuras del deporte, el cine, o ídolos que les resulten **atractivos**.

- **Momentos** en los que se puede educar este valor pueden ser: levantarse temprano, comer lo que menos le gusta, realizar tareas que le gustan menos, la práctica de algún deporte.
- Explicarles que las cosas que se empiezan hay que terminarlas y que no se deben hacer chapuzas.
- La disciplina y el esfuerzo van unidos. Es aconsejable tener un **horario**, **cumplir unas normas en casa**, procurar que tengan gran parte del tiempo ocupado, realizar algún tipo de deporte, implicarlos en el cuidado de los hermanos pequeños, etc.

# Gaturro escuela

Y... ES UN POCO INCÓMODO,  
PERO ES LA ÚNICA FORMA DE  
QUE LOS CHICOS NOS PRESTEN  
ALGO DE ATENCIÓN  
DURANTE LA CLASE...

