

Claves para la vuelta al cole

La vuelta al cole, la vuelta a determinadas rutinas, la vuelta al trabajo a veces nos cuesta. Y es así porque el verano nos ha dejado en parte el sabor de la libertad, y ahora vuelve el reloj a marcar de forma más determinante los momentos del día. Todo ello necesita ser mirado con “buenos” ojos.

¿Quieres unos consejos para que sea más fácil la vuelta al cole?

Ahí van 5

¿Recuerdas tu etapa de estudiante? Dime si me equivoco: te gustaba comprar bolis nuevos, libretas nuevas, ¡¡la mochila !! ese estuche, esa agenda que te encantaba., los clips.... mil artículos relacionados con el estudio que hacían **motivador** preparar de nuevo la mochila.

La novedad de la compra puede invitarte a una conversación sobre el valor de las cosas materiales. Pero cuidado con las creencias relacionadas con el dinero que vamos a transmitir a nuestros/as hij@s...

Actitud.

Pues sí, la **actitud**. Mi sello quizá. Y es que sin duda creo profundamente en la fuerza de la actitud. Y además, se contagia. Fíjate en tu actitud, vuestra actitud ante el inicio escolar. Qué tipo de comentarios surgen, qué tipo de acciones indirectas dejas al descubierto. Nuestros hij@s nos copian, ya lo sabes.

Comentarios.

Continuando con el punto anterior, los comentarios tienen más peso del que muchas veces creemos. Es importante que los **comentarios** que hagas los formules **en positivo**, no del tipo “No seas XXX (desobediente, pegón, alborotador..). Te invito a que los cambies a positivo, “Este año súper atento eh? Como el año pasado” o incluso puedes retarle con un “¿Crees que podrías este año superar la buena letra del curso pasado? Has logrado hacerla muy bonita ”

Deseos y temores.

Muchas veces nuestros pequeños temen no alcanzar las expectativas que nosotros como padres y madres tenemos sobre ellos. Es importante trabajar sobre este aspecto, recuérdalo. Por supuesto no es algo que sea consciente en su rutina, pero sí

lo vemos si observamos y leemos entre líneas en su comportamiento y sus palabras. Hasta lo que no dice habla mucho ... sé observador/a

Hacer una **lista de** aquellos **deseos** que puedan tener con respecto al nuevo curso les subirá su motivación. Haz que se planteen retos atractivos. Que tenga motivos interesantes (para él, no para ti) **por los que esforzarse**.

Y por supuesto, si hay deseos hay temores. Averigúalos y ponles un nombre. Descríbelos y hazlos visibles. Nuestros temores se esfuman cuando los vemos.



Rutina

En este caso la rutina será nuestra aliada. Nos guste o no, somos seres de costumbres. Y la rutina nos hace sentirnos **seguros, cómodos, previsibles**. El verano nos ha llevado probablemente a convertirnos en personas nocturnas (¿sí?), poseíd@s por el atractivo frescor de la noche que ha aliviado nuestro sofocante periodo estival, madrugar es todo un sacrificio que con ahínco nos esforzamos en cumplir con éxito.

Para nuestros hijos también es una ardua tarea. Procura que el **cambio** sea **progresivo**.

Por último recordarte que no es nada recomendable que tus hijos escuchen los típicos comentarios “¡Por fin vuelven al cole! Ya era hora, que largo se ha hecho el verano”.

Dime ¿Cómo te sentirías si tu pareja en un café, en una reunión suelta un “Uf, por fin vuelve al trabajo. Menudo verano más largo me ha dado. Ya era hora” Quizá sea una

expresión más frecuente de lo deseado, pero no por ello deja de mostrar que la persona “nos molesta”. Y esto querid@s, no es la mejor muestra de amor

Así que además de deseáros paciencia, poco me queda por decir. Actitud y paciencia serán las claves del éxito para nuestra “Vuelta al cole 2015”

¡¡ Bienvenidos/as !!

YA SABÉIS QUE EL CENTRO PERTENECE A LA RED DE CENTROS DE INTELIGENCIA EMOCIONAL.

Los padres/madres que quieran participar de forma voluntaria en el proyecto pueden comunicárselo a la tutora o tutor de su hijo/a. Un padre o madre por cada aula.

Las reuniones serán trimestrales, al menos una al trimestre, en horario de tarde de 17 a 18h, su función será comunicar y ampliar lo que se trabaje al resto de los padres/madres del grupo aula.

En esa reunión se recogerán ideas, propuestas, se puede crear un espacio de trabajo conjunto, tertulias dialógicas...

Los tutores y tutoras recogerán en la primera reunión qué padre o madre se presta voluntario/a en esta empresa de educar con inteligencia emocional, participar en el proyecto, aprender juntos, hacer cosas juntos y juntas.

Sólo comentaros que se prevé que estos voluntarios/as colaboren en alguna actividad de la mañana, por lo que se recomienda que puedan tener esta disposición, ejemplo (acompañar a la radio, alguna actividad en grupo...), la previsión estimada sería de una vez al mes aproximadamente, aunque se irá hablando en la primera reunión que tengamos a final de octubre.

El AMPA también tiene muy buenas propuestas para este curso y colabora con el proyecto.

En el portal web del centro podéis visitar el apartado sobre i. emocional y ver el proyecto.

Un cordial saludo.

La coordinadora del proyecto de Inteligencia emocional.

