



# Guía completa Orientación Familiar

GUÍA INFANCIA

**Colegio Oficial de Pedagogos y Psicopedagogos de la  
Comunitat Valenciana**

Síguenos en:



De repente, la situación derivada de la emergencia sanitaria COVID19 nos ha cambiado la vida, modificando las rutinas y hábitos a los que estábamos acostumbrados pero, además, propiciando la privación de actividades desarrolladas fuera de casa y la obligación de compartir espacios todos juntos. Esto puede generar en los niños emociones y alteraciones de la conducta que requieren una gestión adecuada por parte de los adultos.

**El Colegio Oficial de Pedagogos y Psicopedagogos de la Comunidad Valenciana** te ofrece una serie de orientaciones:

# PEDAGOGÍA PARA LA ORIENTACIÓN FAMILIAR EN CONTEXTOS CON HIJOS EN EDAD INFANTIL

Estos **criterios pedagógicos** pretenden ofrecer una guía cuyos contenidos persiguen un **único objetivo**:

**PROMOVER UN APEGO SEGURO Y LA COMPETENCIA PARENTAL**

# CRITERIO PEDAGÓGICO 1: Transmitir seguridad

## Los niños son muy sensibles a las reacciones de los adultos.

Importa más lo que dice nuestra comunicación no verbal que nuestras palabras. La sensación de falta de seguridad dispara su respuesta emocional y con ello también su respuesta motora (mala conducta). Por ello, es muy importante que los adultos **dediquen tiempo a identificar los estados emocionales** de los pequeños, propiciando **espacios diarios de encuentro** individual, transmitiendo que todo va a ir bien, que se encuentran **seguros** y que **pueden hablar** con ellos cuando lo necesiten.

## CRITERIO PEDAGÓGICO 2 : INFORMAR ADAPTANDO

La edad cronológica no es lo importante. Lo importante es la madurez de tu hijo para comprender la información de lo que se le dice. Es importante tener informados a los hijos de algunos aspectos de la situación de emergencia, pero no todo. Adecúa lo que le cuentas sobre el tema intentando hacerlo SIEMPRE en un momento de calma, **utilizando cuentos** que ayudan a una mejor comprensión.

**Responde siempre a sus preguntas**, pero de una forma que sea comprensible, con **pocas explicaciones pero sí claras y cortas, evitando mensajes catastrofistas y alentándole a que siga preguntando** cuando desee.

## CRITERIO PEDAGÓGICO 3 : **REVISA SUS MIEDOS**

Las situaciones impredecibles despiertan inseguridad y miedo en los niños. En esta ocasión además reciben información inquietante de los medios de comunicación en casa y observan a los adultos preocupados, por lo que **el miedo está justificado**.

Puede que haya miedos anteriores que se agudizarán o que surjan otros nuevos. La orientación es la misma: **no minimices su miedo ni te burles** de él o de lo que dice, **transmite seguridad, acompáñale** cuando te lo pida y **hazle saber que percibes su emoción**. Valida lo que está sintiendo como algo normal en una situación anormal.

## CRITERIO PEDAGÓGICO 4 : **REVISA TUS MIEDOS**

**Nadie está exento de tener miedo, tú tampoco.** Pero como padre o madre debemos aprender a gestionar nuestras emociones y autocontrolarnos. Somos un espejo para los hijos en los que se reflejan día a día. **Date permiso para tener tus emociones, válidalas, pero elige a otro adulto** para expresarlas y para compartir tus preocupaciones.

Busca formas de liberar tensiones que te permitan descargar la adrenalina que esta situación nos genera, **y elige los momentos del día en los que la calma te acompaña más para hablar con tus hijos.**

# CRITERIO PEDAGÓGICO 5 : RABIETAS

El confinamiento y el cambio de hábitos favorecen la aparición de rabietas. La restricción de actividades y la privación de salidas fuera de casa son contrarias a la actividad natural de los niños y al juego social. Es **imprescindible comprender que están más nerviosos** y que **no podemos exigirles de igual modo** que antes de todo esto.

**Las rabietas son los semáforos de su estado emocional.** Si está en rojo, lo que toca es pararse y ver qué hay detrás, pero sobre todo, **ayudarle a pasar a la luz verde.** El cansancio, el agobio o el enfado pueden deberse a un montón de cosas. Lo importante ahora no es tanto lo que provoca la rabieta, sino **dirigir al niño nuevamente a un estado de calma.**

## CRITERIO PEDAGÓGICO 6 : ORGANIZA, PLANIFICA, ESTRUCTURA

El orden y la planificación ayuda a los niños a prever lo que tienen que hacer y la predictibilidad a saber lo que va a pasar. Sea cual sea su edad, ayúdales a organizar sus tiempos. **Haz un horario** que contemple además de los momentos de hacer los deberes, los tiempos de ocio y de tiempo en familia, y ponlo en la nevera.

**La organización incluye cumplir los horarios** de levantarse e ir a la cama. También de los hábitos de higiene como cepillarse los dientes pero, sobre todo, siguiendo las pautas desde las autoridades sanitarias, **lavarse las manos varias veces al día.**

## CRITERIO PEDAGÓGICO 7 : HAZ PIÑA: HAZ FAMILIA

Estos momentos de espacio compartido pueden ser una verdadera oportunidad para unir a la familia realizando juegos de mesa, haciendo cosas juntos como repostería, revisar fotos antiguas, ver juntos películas infantiles, o, simplemente, sentarse con ellos a conversar.

**Promueve que tengan iniciativa de jugar con otros miembros** de la familia, de **desarrollar la paciencia y la espera**, y de **adquirir nuevas responsabilidades** que propiciarán un mayor grado de **autonomía**.

## CRITERIO PEDAGÓGICO 8 : **NORMAS Y LÍMITES SIEMPRE**

Es importante que entiendan que no son vacaciones. Incluso aunque para los adultos sea más cómodo que se levanten más tarde o que se entretengan con la videoconsola, **hay que seguir, con cierta flexibilidad, con los horarios habituales.** Eso le da **sentido y coherencia** al nivel de exigencia que se les va a pedir con la realización de tareas escolares.

Importante atender que **los horarios de los pequeños no tienen que ser los mismos** que los de sus hermanos adolescentes. Tampoco ahora, ya hemos dicho que no son vacaciones.

## CRITERIO PEDAGÓGICO 9 : Familia-Escuela: BUEN TÁNDEM

Familia y escuela, ahora más que otras veces, han de ir a una. Los docentes te enviarán la tarea a desarrollar y **el mensaje a transmitir es de continuidad, que pase lo que pase, los aprendizajes siguen estando asegurados.** Aunque esto va a requerir un tiempo extra por tu parte -incluso puede que te resulte un poco complicado seguir las indicaciones-, merece la pena aunar esfuerzos.

La **comunicación ahora debe ser fluida y bidireccional**, no esperes a que comunique contigo la escuela. Si tienes dudas, llama tú.

# CRITERIO PEDAGÓGICO 10 : Confía en tu hijo como en ti mismo

Los niños tienen muchos recursos y potencialidades y los momentos de crisis son ocasiones excepcionales para promoverlos.

Las respuestas de los niños dependen de que los adultos que se encargan de su cuidado les muestren **aceptación incondicional, seguridad, respeto y confianza mutua.**

Cuando esto pase, pero mientras tanto, cada día, **no olvides decirle lo importante que es, lo capaz y valiente que demuestra ser con lo que hace y sobre todo, lo mucho que le quieres.**

# ¡QUÉDATE EN CASA...PERO QUÉDATE CON ESTAS ORIENTACIONES!

Material elaborado por Concepción Martínez Vázquez