



ACCIÓN TUTORIAL CON LAS FAMILIAS



Llevamos a gala desarrollar nuestra función profesional en un instituto como el Castillo de Luna, en donde las familias siempre han ocupado un lugar de preeminencia en lo referido a la participación en los diferentes órdenes de la vida del centro.

Igualmente podemos decir del papel estratégico que asignamos a la colaboración entre el instituto y las mismas, a la hora de facilitar la consecución de los objetivos que nos marcamos en nuestro proyecto educativo.

Es precisamente con base en ambos planteamientos, que la función tutorial con padres y madres se convierte a lo largo de cada curso, en un eje permanente de la actividad coordinada tanto de los tutores como del Departamento de Orientación.

En el contexto global que acabamos de bosquejar con brevedad para nuestros lectores, quisiéramos hoy detenernos en una actividad tutorial con las familias que para nosotros cobra un relieve especial por el significado que reviste. Sabido es que en los cursos 3º y 4º de la ESO y 2º Bachillerato, por motivos muy distintos y que se asemejan por el

el hecho de que en cada uno de ellos el alumnado ha de ejercer una opción de preferencia, esta no siempre es fácil aunque sí trascendental para su futuro.

Pues bien, partiendo de esa premisa, hemos querido que las familias, en esos momentos especialmente delicados en que los alumnos necesitan de todos los recursos que podamos poner a su disposición para disminuir la incertidumbre en lo que respecta al éxito de sus opciones, estén en condiciones de prestar un apoyo a sus hijos que les facilite a estos esa toma de decisiones en que se fundamentará su éxito futuro.

Para ello, además de otras acciones ya comenzadas, durante los meses que restan para finalizar el curso escolar, vamos a mantener contactos formativos e informativos con todos ellos en donde les detallaremos, para cada uno de los grupos mencionados antes, cuáles son las diferentes alternativas con las que se encuentran y cuáles pueden adaptarse mejor a las expectativas de sus hijos en función de sus intereses y aptitudes.

De todas ellas iremos ofreciendo puntual convocatoria y, por supuesto, no solo estáis invitados a las mismas sino que esperamos con vuestra visita con ilusión.

Año III, núm. 14**Marzo 2014***Frases para meditar*

“Nuestra recompensa se encuentra en el esfuerzo y no en el resultado. Un esfuerzo total es una victoria completa”.

Mahatma Gandhi. Político.

“El trabajo que nunca se empieza es el que tarda más en finalizarse”.

J. R. R. Tolkien. Escritor

“La posibilidad de realizar un sueño es lo que hace que la vida sea interesante”.

Paulo Coelho. Escritor

“Las grandes almas tienen voluntades; las débiles tan solo deseos”.

Anónimo. Proverbio chino



LAS CLAVES PARA SER FELIZ

Entrevista tomada de :
Laura Peraita – *Abc* – 12/03/2014
<http://www.abc.es>

Fernando Sarráis, autor de *«Madurez psicológica y felicidad»* da las claves para ser feliz.

Fernando Sarráis está convencido de que alcanzar la felicidad es posible «aunque sea limitada», pero para lograrla hace falta un gran esfuerzo.

—¿Por qué todo el mundo quiere ser feliz y muy pocos lo consiguen?

—Conseguir la felicidad es algo muy valioso, cuesta conseguirlo. Muchos prefieren no esforzarse y se quedan en el camino. Por eso hay tantas adicciones a la comida, al sexo, al alcohol... porque renuncian a la felicidad y, por su frustración, prefieren optar por la postura cómoda de sentirse bien a corto plazo, en vez de luchar por ser felices.

—¿Cómo se puede cambiar esta actitud?

—Las personas no saben sufrir, tienen miedo a hacerlo. Las familias, por ejemplo, tratan de proteger cada vez más a sus hijos y no les dejan que sufran. Es un gran error. Estamos haciendo niños temerosos. La vida es dura y difícil y los niños deben estar preparados para ella. Podemos educarlos con miles de pequeños ejemplos cotidianos: si el niño tiene hambre, hay que dejar que se aguante hasta la hora de comer; si está cansado, no hay que cogerle en brazos; si se aburre, no debemos hacer piruetas para que se ría... Hay mil maneras de dejarles sufrir, pero con humor.

—¿Sufrir con humor?



—El ejemplo deben darlo los padres. Si se le pierden las llaves o le pitan en un semáforo, no debe gritar y desesperarse. Es mejor decir algo así como «a las llaves le han salido piernas y no sé donde se han metido...», porque el niño aprenderá a afrontar situaciones similares con un tono optimista.

—¿Cuál es la clave para ser feliz?

—Hacer lo que uno debe y porque le da la gana; porque se lo dice la razón y es bueno. Es un asunto de madurez psicológica.

Cuando alguien hace algo que no quiere se siente fatal, no se ha sentido libre para actuar de otra manera. Su razón no ha dominado sobre sus emociones.

Estudios psicológicos han dejado patente que el factor que determina la felicidad es la personalidad. Una persona puede ser millonaria, pero si es avara, cada vez que pague será un infeliz; un hombre puede tener una mujer espectacular, pero si es celoso, sufrirá continuamente. Para lograr dominarse es preciso que cada individuo aprenda a meterse dentro de sí; es decir, a desarrollar su introspección, y a contemplar, analizar y estudiar cómo se siente, sobre todo ante los momentos afectivos, positivos o negativos, para familiarizarse con ellos, conocer su origen, su impulso a ciertas conductas... Esta tarea requiere entrenamiento y tiempo.

—¿Quién debe ocuparse de ello?

—En las escuelas hay muchas matemática, lengua... pero no enseñan a los alumnos a quitarse el miedo, a ser seguros, aumentar la autoestima; en definitiva a ser dueño de uno mismo. Los educadores deben ayudarles a realizar estos juicios racionales sobre los afectos, animándoles a que piensen cómo se sienten, si lo que sienten se ajusta a sus circunstancias y si las acciones que han realizado son las adecuadas. Hace falta que aprendan a pensar y decidir antes de actuar, a controlar las emociones negativas para actuar con libertad.

