



## TRÁNSITO DE PRIMARIA A SECUNDARIA

Termina el curso y con él la etapa más larga en la educación de vuestros hijos: la Educación Primaria. En breve, los ya no tan “pequeños”, comenzarán un nuevo camino por la ESO, un camino marcado por los cambios producidos por la adolescencia, que hacen que esta etapa esté llena de dudas y preocupaciones para los padres.

Con los consejos que expondremos a continuación, intentaremos ayudar a las familias en el tránsito de Primaria a Secundaria, teniendo en cuenta las características propias de la nueva etapa educativa, así como los cambios que se producen en ese momento en el desarrollo de nuestros hijos.

### Características de la nueva etapa: Educación Secundaria Obligatoria

La Educación Secundaria tiene una serie de peculiaridades:

- Jornada escolar más larga.
- Mayor número de asignaturas.
- Mayor número de profesores.
- Profesores especialistas.
- Aumento de peso de contenidos conceptuales.
- Necesidad de mayor autocontrol.
- Se requiere mayor trabajo personal.
- Incremento del tiempo de estudio en casa.



A su vez, esta nueva etapa, coincide con el paso de la pubertad a la adolescencia apareciendo una serie de cambios en los chicos y chicas:

- **Cambios físicos:** cambios en la figura, estatura, aparición de vello corporal, menstruación en las chicas... existiendo diferencias en la velocidad de desarrollo de cada individuo (absolutamente normales). Todo esto suele traer a los adolescentes preocupaciones sobre su imagen y su aspecto físico, dando lugar en muchos casos a una visión distorsionada de sí mismos, por lo que es fundamental que se les aporte tranquilidad y normalidad en esta etapa.
- **Cambios emocionales:** esta etapa se caracteriza por una serie de rápidos cambios en su estado emocional, por una necesidad de mayor privacidad y tendencia a ser más temperamentales. Se observa también un cambio en la formas de expresar sentimientos (les puede parecer ridículo las expresiones de afecto en la familia) pasando de los besos y abrazos de la niñez a simples gestos de cabeza...
- **Cambios mentales:** inicio de la capacidad de abstracción de la inteligencia, comienza la formación de la identidad, por lo que tienden a explorar distintas identidades, cambiando con frecuencia su forma de actuar. No debemos preocuparnos, ya que esta exploración es necesaria para un buen ajuste psicológico en la edad adulta.



## CONSEJOS PARA LAS FAMILIAS

Teniendo en cuenta todo lo que hemos comentado anteriormente, os facilitamos una serie de pautas para ayudaros a recorrer este nuevo camino con vuestros hijos y afrontar el cambio de etapa de la mejor forma posible.

### 1. MANTENER CONTACTO CON EL CENTRO

Como padres debéis conocer la marcha de vuestros hijos sin necesidad de esperar las notas. Es importante que se mantenga contacto con el tutor y se adapten las medidas que se aconsejen, si fueran necesarias.

### 2. PLANIFICAR UN HORARIO DE ESTUDIO

Es muy conveniente que ayudéis a vuestros hijos a elaborar un horario de estudio para las tardes, contemplando momentos de ocio y descanso, pero siendo el estudio la actividad principal. Este horario no sólo debe centrarse en las tareas escolares, aquí deben tenerse en cuenta los repasos, resúmenes, lectura de lo que se va a tratar el próximo día...

### 3. DESCONFIAR DE LOS MENSAJES POCO CREÍBLES

“No tengo nada”, “no hay exámenes”... No nos engañemos, siempre hay algo que hacer, si ese día no hay ejercicios, pueden leer y resumir lo que se ha explicado en clase, adelantar la lectura del próximo tema, repasar vocabulario, ordenar apuntes...

### 4. HABLAR SOBRE SUS ESTUDIOS

Es importante que en casa exista un diálogo fluido sobre la vida en el Colegio. Para ello es fundamental oír sus anécdotas y opiniones sin juzgar ni interrogar, planteando preguntas abiertas de tipo: “¿y qué piensas tú de eso?, ¿tú qué vas a hacer?”...etc.



## 5. ESTABLECER CONTRATOS

En ocasiones es necesario que las familias negocien con los hijos una especie de contrato. En el que los chicos podrán disfrutar de determinados privilegios si previamente han cumplido el horario de estudio o si obtiene unos resultados adecuados.

## 6. CONTROLAR EL TIEMPO CON INTERNET

Desde un principio, se deberían fijar unos horarios y unas normas estrictas sobre el uso de Internet y supervisarlos. El exceso de tiempo dedicado a las Redes Sociales suele venir acompañado de una bajada en el rendimiento académico, pudiendo llegar incluso a fracaso escolar.

## 7. ACUERDO EN LA PAREJA

Esta etapa es muy complicada para todas las familias, por ello es fundamental que la pareja se mantenga unida, que exista comunicación sobre el tema y se adopten medidas de mutuo acuerdo. Encubrir, romper acuerdos o desentenderse no es la forma adecuada de afrontar esta etapa.

## 8. ELOGIAR

En todas las edades, pero en esta en particular, son importantes las palabras de ánimo, aliento y refuerzo. Desafortunadamente los chicos no suelen recibir los suficientes refuerzos y estímulos positivos cuando están esforzándose por hacer bien las cosas, por el contrario, suele aparecer siempre un reproche, un “lo puedes hacer mejor”, “te has vuelto a equivocar”...etc. Es importante que intentemos cambiar esta perspectiva y desde casa sepamos reforzar los pequeños logros de nuestros hijos, ya que nuestro reconocimiento será una motivación para ellos y para su autoestima.



## 9. CONOCER A SUS AMIGOS

En estas edades los amigos tienen una influencia más que notable en los adolescentes, por ello es importante que nos mantengamos informados y vigilantes con sus amistades y la influencia que ejercen en nuestros hijos. Recordando que aunque los amigos pasan a ser una parte muy importante en la vida del adolescente, “los padres seguimos siendo la principal fuente de seguridad para nuestros hijos”.

## 10. PACIENCIA Y COMPRENSIÓN

En esta etapa, empezamos a ser más conscientes de que nuestros hijos no nos pertenecen, que nuestra autoridad sobre ellos ya no es tan efectiva, que poco a poco dejamos de ser el gran eje sobre el que todo su mundo gira... Por ello, para evitar entrar en luchas de poder condenadas al distanciamiento y a discrepancias, debemos armarnos de paciencia y comprensión, para que con serenidad estemos preparados para el proceso de individualización de nuestros hijos. Debemos ser conscientes de que en este período nos encontraremos con numerosos conflictos, sin embargo éstos nos servirán de herramienta para que nuestros hijos aprendan a gestionarlos y a buscar soluciones adecuadas.

¡Ánimo y bienvenidos a Secundaria!

Isabel M<sup>a</sup> Alonso Rubia

Orientadora escolar