



3 momentos clave en la vida de tus HIJOS

ETAPAS PRIMARIAS

Rudolf Steiner, filósofo alemán y fundador de la pedagogía Waldorf, nos dice que **nuestro estado natural es: HACER, SENTIR, PENSAR**. Y que se desarrolla en las 3 etapas primarias del ser humano. Por supuesto es muy importante recordar que HACER para nada significa SER.

1ª ETAPA: 0-7 años. HACER. DESARROLLAR LOS SENTIDOS

A esta edad es imprescindible que l@s niñ@s hagan, es decir, jueguen, pinten, salten, corran, que descubran el mundo que les rodea. Mención especial a que aprendemos por imitación, por tanto, como adult@s ¿qué ejemplo estamos dando?

Hay que destacar en esta etapa **dos puntos** muy importantes que ocurren sobre los 6-7 años:

- Descubren que ya no son una extensión de sus padres, **se reconocen como individuos**.
- **Se produce el primer CAMBIO FÍSICO**: se les empiezan a caer los dientes, dejan de ser redonditos y sus extremidades empiezan a alargarse, aparece la enuresis nocturna, asma, dislexia, tienen miedo a dormir sol@s.

¿QUÉ PODEMOS HACER COMO PADRES? **Acompañarles**, necesitan que les expliquemos por qué se les caen los dientes, por qué los huesos crecen; para nosotr@s puede resultar de lo más natural pero para nada lo es para ell@s sino se lo contamos. En el caso de que haya herman@s menores es muy recomendable que estén presentes para que vean que todo está bien.

Es la etapa del juego libre, actividades manuales, hacer pan, tareas del hogar, cuidar el jardín, tiempo para estar en contacto con la naturaleza.



2ª ETAPA: 7-14 años. EL DESARROLLO DEL SENTIR

En esta etapa se conforma la seguridad, la confianza, la autoestima y la autovaloración. Es la que me marcará su personalidad. Y es un momento en el que aparecen los miedos, las inseguridades y sin el apoyo de sus referentes la desvalorización.

Aquí se producen dos cambios:

- **EMOCIONAL: entre los 9 y 10 años.** (*Pre-adolescencia*). Puede que lloren sin motivo aparente, que no quieran salir a pasear, que se pongan tristes, etc... Como en la primera etapa es importantísimo el acompañamiento y cuando hay herman@s menores hacerles saber que no son responsables de esta situación.

- **FÍSICO Y EMOCIONAL: entre los 13 y 14 años.** En el caso de las niñas les crece el busto, caderas anchas, vello púbico, menstruación; cambios físicos que por supuesto provocan cambios emocionales. Y en el caso de los niños les cambia la voz, se les ensancha el pecho, vello púbico, producción de semen y primeras eyaculaciones; lo que conlleva cambios emocionales.

En el ACOMPAÑAMIENTO en ambas etapas se recomienda evitar los excesos de regaños y evitar etiquetarlos (*eres hiperactiv@, miedos@, distraíd@, ...*)



Los niños viven en un mundo de imágenes (tanto a las que están expuestos como las que ellos mismos desarrollan), y su pensamiento no es del todo racional, sino emocional.

Aquí **buscan lo nuevo a cada momento** y les gustan los cambios que tienden a vivir como un juego. Viven el presente y sienten que el mundo es hermoso. Es muy importante el uso de metáforas, cuentos, leyendas, narraciones que les permiten conocer el mundo. Se trata de promover *“la vida de las sensaciones”*, y el sentido de la belleza.





EJERCICIO:

Leer cuentos en familia. ¿Qué días de la semana son más propicios para ello?

Escribir cómo os sentís cada miembro de la familia, expresando vuestras emociones.



3ª ETAPA: 14-21 años. PENSAR. HACIA LA EDAD ADULTA

En esta etapa están encontrando su propia identidad, están en búsqueda de la verdad. **El Yo se vuelve autónomo.**



La “rebeldía” que suele asociarse a este periodo no es sino una necesidad de comprender, pues el pensamiento lógico y abstracto está ávido de nuevas experiencias, por lo que **los adolescentes tienden a cuestionar todo lo que han conocido hasta entonces**, desde ellos mismos hasta sus padres, maestros, filosofías y a la sociedad en general. **Se trata de la vida del pensamiento, y una etapa crucial para desarrollar el buen juicio, el discernimiento y la claridad de pensamiento.**

Son muy importantes las clases de apreciación estética, artes visuales, arquitectura, literatura y la comprensión profunda del arte en la vida humana.



EJERCICIO:

Elegir un tema de actualidad y ponerlo en común toda la familia, respetando las opiniones de los demás y eliminando los juicios.

TEMA:
