

Los hijos y los demás familiares que vivan en el hogar forman parte del equipo



Desde pequeños los niños deben saber que forman parte del equipo familiar y cual es su función.



- Es necesario repartir responsabilidades adecuadas a las diferentes edades y ayudar a que cada uno cumpla las suyas.
- Los niños aprenden observando a sus padres.
- Deben ver desde pequeños que contribuir a las tareas de la casa es lo normal.



- Al repartir funciones hay que tener en cuenta las capacidades y preferencias de cada uno de los hijos.
- Elegir tareas acordes a su edad, para que no se frustren, al no poder cumplirlas.
- Se les tienen que enseñar tareas sencillas, que puedan desarrollar sin problemas.





## Entre las posibles competencias de los hijos están:

- Poner y quitar la mesa
  - Aliñar las ensaladas
  - Ayudar en la limpieza: vaciar las papeleras, pasar el aspirador, limpiar el polvo, etc.
  - Regar las plantas
  - Contestar al teléfono
  - Ordenar las sillas
  - Apagar luces
  - Bajar y subir persianas
  - Cuidar y alimentar a los animales
  - Recoger el correo
  - Doblar la ropa
  - Recoger los juguetes
  - Ayudar a hacer la lista de la compra
  - Hacer la cama
- Si la función asignada a cada uno es diaria, resulta más fácil recordarla y ser responsable.
  - Distribuidas entre hermanos pueden cambiarse a la semana o cada 15 días.



- Enseñar sistemáticamente a los hijos a hacer las tareas domésticas. No se puede enseñar, si no se domina un trabajo, por eso, es importante que los padres aprendan a realizar con competencia los trabajos domésticos.
- La integración de los hijos en ese trabajo, aunque sea en pequeñas tareas, servirá de base para unos futuros hábitos y mejor convivencia.



Especialmente cuando los hijos son pequeños interesa hacer las tareas domésticas divertidas, convirtiéndolas en un juego.

La limpieza con música y bailando.

Competir con el reloj y ganar una meta.



- La regla de oro es compartir tareas cuando son bebés, enseñarles cuando son pequeños y delegar cuando son adolescentes.





# A título orientativo podemos señalar algunas tareas que se pueden adjudicar por edades

- Tareas de 3 a 4 años
  - Vestirse solo
  - Recoger la mesa
  - Llevar cosas a la basura
  - Guardar ropa en el armario
  - Ayuda en cocina básica



- Tareas de 5 a 10 años
  - Preparar un bocadillo
  - Contestar al teléfono
  - Ayuda en la lista de la compra
  - Poner la mesa
  - Cuidar de los pequeños
  - Doblar y guardar toallas
  - Anotar mensajes
  - Recibir mensajes
  - Hacer la cama
  - Manejar pequeñas sumas de dinero
  - Cocinar platos simples



- Adolescencia 11 años y mas.

- Viajar en transporte público
- Planificar sus fiestas
- Dar de comer y bañar a sus hermanos menores
- Recoger la habitación
- Un área de responsabilidad 1 día a la semana
- Organizar sus meriendas
- Prepararse el desayuno
- Organizar sus viajes por hobby, deporte, etc.
- Organizar su economía, ahorro y gasto





## Pautas que motivan

- Predicar con el ejemplo. Deben ver que los padres cumplen sus competencias.
- Definir claramente la tarea
- Dividir la tarea en pasos y demostrarles como hacerlo
- No hacer de policía
- Instruir con paciencia y tolerancia. No hacer su trabajo.
- Valorar su aportación al equipo
- Los niños han de experimentar lo importante que es su contribución. Vaciar el lavaplatos puede significar que no se puede servir la comida, los platos son esenciales.



## Otros familiares ...



Se deben integrar también en el equipo los abuelos, tíos, etc. que vivan en la casa, de modo que también ellos sientan que ese es su hogar, y que puedan colaborar, en la medida oportuna, a su funcionamiento.



[www.aulahogar.com](http://www.aulahogar.com)