

VALORES ESENCIALES

A EDUCAR EN LAS PERSONAS

Los valores son aquellos parámetros de conducta y actitudes que toda persona debe tener para convivir en sociedad. Es aquello que la familia, la sociedad y la persona como individuo, consideran como correcto y ético.

Empatía

La empatía es la capacidad para entender las preocupaciones y problemas de los demás y compadecerse de ellos. Es la virtud que hace que las personas sean sensibles, tolerantes, compasivas, comprensivas, afectuosas y no violentas.

Los niños deben entender sus propios sentimientos y saber que los demás también tienen sentimientos, necesidades o preocupaciones igual que él. Para inculcarles este valor lo primero que hay que hacer es escucharle de verdad, sin menospreciar sus sentimientos. Si está rabioso porque ha perdido un juguete hay que entenderle y comprenderle. Evitar decir “no pasa nada ya te compraremos otro” sino “sé como te sientes por haber perdido tu juguete” A veces los sentimientos están más ocultos y hay que destaparlos con preguntas tipo “¿te sientes mal? parece nervioso”. Muchas veces cuando los niños se ven comprendidos por sus padres se sienten mucho mejor. En el ejemplo se podría decir al niño “entiendo como te sientes, yo también estaría muy disgustada si perdiera alguna cosa”. Es importante hablar de sentimientos, los de los padres y también los de los hijos, y preguntar a menudo “¿cómo te sientes?”

Conciencia

Es la base para una vida decente, una sólida ciudadanía y comportamiento ético y moral.

La sociedad que nos rodea bombardea al niño de influencias negativas, que lo pueden convertir en una persona sin moral, sin empatía, sin autocontrol y sin buena conciencia. Ayuda a tu hijo a construir su conciencia y estimular su inteligencia moral. Se un ejemplo para él, trátalo de forma respetuosa, habla

con él de lo que está bien y mal, corrige y razona sus conductas negativas.

Autocontrol

El autocontrol es lo que permite tomar decisiones correctas en situaciones tentadoras, significa tener control de sí mismo. A veces vivimos situaciones que nos alteran tanto que se nos pasa por la cabeza hacer cosas malas e incluso horribles pero el autocontrol evita que eso suceda. El autocontrol es lo que permite a los niños a regular su conducta de forma que sólo realicen las cosas que son correctas. Es una virtud muy necesaria en la sociedad actual tan cargada de violencia.

Si tu hijo es de los que pierden el control y acaban con gritos, palabrotas y patadas, es bueno enseñarle a respirar profundamente y contar hasta diez para relajarse. Poco a poco irá aprendiendo que una vez que se actúa ya no hay marcha atrás y se que entonces se debe asumir el resultado de los actos. Nuestro objetivo como padres es ayudar a nuestros hijos a darse cuenta de que tienen control sobre su vida y sobre las decisiones que toman. Hay que enseñarles a pensar antes de actuar imaginando las posibles consecuencias. Los niños necesitan practicar en la toma de decisiones, así que ayuda a tu hijo a examinar detenidamente las posibles consecuencias y guíale para que tome decisiones seguras y correctas, de esta manera, con el tiempo aprenderá a actuar como es debido y sin tu ayuda.

Respeto

Es tratar a los demás como nos gustaría que ellos nos tratasen a nosotros. La educación en el respeto empieza en casa, cuando la manera de dirigirnos entre nosotros es correcta, cuando mantenemos una actitud cordial y respetuosa con los hijos, estamos inculcando este importante valor en ellos.

Debes mostrar respeto por tus hijos aceptando sus opiniones, sus deseos y sus gustos, y haciéndoles partícipe de los asuntos de casa, pero eso tampoco significa que se les deban otorgar todos los caprichos. Todos los niños viven la etapa de las

palabrotas, hay que hacerles entender que esas palabras malsonantes pueden herir o molestar a los demás y que lo mismo sucede con las peleas.

Replicar, responder irrespetuosamente y las malas contestaciones están en alza, y esto puede tener resultados muy negativos en el ámbito social. Corregirlas es trabajo de los padres. Ante una situación de falta de respeto lo primero que hay que hacer es decirlo, explicar como se siente uno al ser tratado así y enseñar nuevas conductas que sustituyan a las inapropiadas.

También hay que enseñar a los niños a discrepar respetuosamente, mediante el uso de la palabra y siendo correctos.

Bondad

Es el valor de preocuparse por los demás, por su bienestar y sus sentimientos de manera altruista. Son las ganas de hacer el bien y no el mal.

Todos los niños nacen con la capacidad de ser buenos, y es con nuestro estímulo hacia acciones bondadosas, lo que hace que ese valor se asiente en su carácter.

Para que los niños sean bondadosos deben saber que las palabras y las acciones crueles son ofensivas y hieren a las personas. Deben aprender que este tipo de acciones tienen consecuencias. Por ejemplo, que un niño se burle de otro por llevar gafas es cruel y no debemos permitirlo, de lo contrario esa crueldad irá en aumento.

Sinceridad

Es uno de los valores que consideramos más importantes. La sinceridad es la base de la confianza. Debemos enseñar a los hijos que no hay que mentir pues haciéndolo se contrae consecuencias desagradables como la falta de confianza, enemistad y enfados. Mintiendo no se solucionan los problemas. Los niños pequeños, a menudo mienten, porque confunden la realidad con la fantasía, pero los niños más mayores mienten porque tienen miedo al castigo por haber hecho algo, para evitar la recriminación, con lo que no se debe abusar de los castigos. Muchas veces las mentiras en los niños de más de 6 años revelan una falta de confianza en sí mismos.

No violencia

La agresividad en los niños y adolescentes está en continuo aumento. Debemos enseñar a convivir en armonía. La agresividad es innata en todo ser humano y es buena en su justa medida, es decir, es lo que nos hace defender nuestros propios intereses y defendernos haciéndonos valer, pero cuando la integridad o la vulnerabilidad del prójimo está en peligro entonces hablamos de una agresividad negativa que hay que evitar. Debemos pues enseñar a los hijos a controlar la agresividad. Para enseñar valores pacíficos a los niños lo primero que hay que hacer es no pegarles (los niños actúan y aprenden los valores que ven en el seno familiar), controlar su entorno (televisión, videojuegos, Internet, amistades...) para evitar las imágenes o situaciones cargadas de violencia. Se debe frenar en seco los comportamientos violentos y explicar, en un lenguaje sencillo, la situación y su consecuencia.

Colaboración

Todos los niños pequeños pasan la etapa de querer ayudar en casa y aunque su ayuda resulte el doble de trabajo para nosotros, es importante permitirles que nos brinden su ayuda. De hecho deben tener la obligación de realizar tareas en casa (adaptadas a cada edad), aunque sean pocas y sencillas. Así aprenderán a colaborar, a realizar trabajos en equipo, a integrarse y a valorar los esfuerzos. Si les damos la oportunidad, aunque al principio se necesite una gran dosis de paciencia, en un futuro veremos la recompensa. No olvides elogiar el esfuerzo y la colaboración de tu hijo.

Modales

Se ha demostrado que tan malo es un exceso de autoridad como dejar hacer por completo todo lo que quiera el niño. Lo idóneo es un término medio. Los niños tienen que ir aprendiendo los buenos modales poco a poco y una vez más hay que predicar con el ejemplo, si le pedimos las cosas a nuestro hijo con un “por favor” y luego le damos las “gracias” como algo normal y habitual, él también acabará haciéndolo. Es importante ir inculcando normas básicas de conducta como por ejemplo saludar, comer correctamente con los cubiertos, decir “buenos días” o no interrumpir las conversaciones.

Consideración

Ser considerado significa tener la capacidad de renunciar, en beneficio de los demás, de tus propios intereses. Preocuparse primero por otros antes de mirar por nosotros mismos. Los niños pequeños, menores de 3 años, no saben que sus actos pueden molestar a los demás (no tienen ni la edad ni la madurez para ello), pero poco a poco hay que ir explicándoselos, por ejemplo, hacer ruido por la noche puede molestar a los vecinos, se debe estar callado cuando los demás hablan, no hay que tirar cosas al suelo, hay que ser amable...

Una forma de guiar y corregir la conducta en determinadas situaciones es proponiendo una acción alternativa; en el caso del ejemplo del ruido por la noche sería indicar al niño un juego más silencioso que no pueda molestar a los vecinos.

Tolerancia

Es respetar a los demás por su carácter y comportamiento, aceptando sus diferencias y reconociendo sus derechos y necesidades.

A menudo, las personas poco tolerantes suelen ser individuos inseguros, con miedo a los cambios y a lo desconocido. Otras veces es la ignorancia o falta de información lo que hace que los niños desarrollen prejuicios.

Hay que ayudar a nuestros hijos a descubrir las cualidades positivas de las personas y enseñarles desde pequeños, que ninguna persona es mejor que otra. Dialogando, explicando y mostrando abiertamente diferencias y similitudes hará que nuestros hijos se sientan más seguros y sean tolerantes.

No hay que permitirles comentarios discriminatorios de ningún tipo. Y si esto sucede debemos conocer los motivos por los que lo hacen y después dialogar, explicar y enseñar el comportamiento correcto.

Justicia

Es una virtud que nos permite ser honestos, tener una mentalidad abierta. Es el valor que nos ayuda a escuchar antes de juzgar, a compartir, a respetar las normas. Un niño que aprende justicia será mucho más tolerante, amable, comprensivo y atento, y se

convertirá en el mejor ciudadano, trabajador, amigo, padre, vecino que podamos desear.

Si queremos que nuestros hijos sean justos debemos tratarlos de igual forma, evitando favoritismos entre hermanos, estableciendo normas justas, prestando atención al niño, admitiendo los errores, actuando con imparcialidad, no juzgando de antemano, evitando las comparaciones...

Un ambiente familiar hostil no va a ayudar a los niños a desarrollar los fundamentos de la justicia y a menudo deriva en trastornos afectivos duraderos.

Una forma de enseñar justicia es incitarles a que piensen cual es la solución más justa a sus problemas. Hay que enseñarles a que vean las cosas desde todos los puntos de vista (ponerse en el lugar del otro les permitirá conocer la justicia y la injusticia). Que los niños sean parte de la solución muchas veces hace que se detengan, piensen y se calmen. Y no dejes que se marchen hasta que no hayan resuelto el problema. Si es necesario ofreceremos nuestra colaboración para mediar en la situación.

Anima a tu hijo a defender tanto sus propios derechos como los de los demás cuando se enfrente a un trato injusto. Enséñale la importancia del juego limpio y de la deportividad.

Responsabilidad

Hay que dejar que los niños vayan asumiendo responsabilidades, en la medida de sus posibilidades, aún sabiendo que cometerán errores y equivocaciones, hay que confiar en la capacidad del niño. Los niños han de tener más obligaciones que la de estudiar y ser responsable de ellas, para evitar que se conviertan en una personas egoístas. Todos los niños pequeños viven la etapa de la independencia en la que lo quieren hacer todo ellos solos, es un buen momento para que empiecen a asumir tareas, como poner la mesa, recoger sus juguetes, vestirse, etc.

Civismo

Tener este valor significa que eres capaz de mirar a tu alrededor y acudir en ayuda de quien lo necesita, de quien está en apuros. Y es una virtud que denota seguridad y confianza en uno mismo, así como integridad moral.