

PREPARANDO A LOS HIJOS PARA LA VIDA

Como conversamos el mes pasado, este año profundizaremos en el fortalecimiento de algunas virtudes esenciales para que nuestros hijos sean felices. Dejamos, además, dos tareas para que cada uno realizara en casa. La primera: revisar en pareja, o en familia (dependiendo de la edad de los hijos) cuáles son las 3 virtudes que consideran más importantes con las que quieren que sus hijos crezcan. Y la segunda: evaluar si como padres estamos siendo ejemplo de esas virtudes que queremos forjar en nuestros hijos.

Quizá algunos de ustedes pensaron en virtudes como el orden, la responsabilidad o la honestidad. Y realmente son virtudes muy importantes que nos permiten tener una vida de hogar más tranquila. Pero, la verdad, hay unas virtudes que son la raíz de estas y de muchas otras, que cuando logramos crecer en ellas, todas las demás se van dando casi que por añadidura... Son las virtudes llamadas “cardinales”.

La palabra cardinal tiene su origen en el latín “cardinalis” que significa principal o fundamental. Esto nos indica que estas virtudes cardinales son las virtudes principales y fundamentales de las cuales se derivan todas las demás. Son cuatro: prudencia, justicia, fortaleza y templanza.

¿Había pensado en alguna de estas como virtud importante para inculcar en sus hijos? Todos queremos que nuestros hijos sean adultos felices, responsables e íntegros, y sabemos que tendrán muchos logros en su vida; pero también tendrán retos, dificultades y frustraciones que dependiendo de cómo los hemos preparado para ellas, las enfrentarán de forma que las conviertan en oportunidades y continúen felices por la vida.

Virtudes como la templanza, serán el boleto seguro de un hijo listo para enfrentar la vida con inteligencia, seguridad y voluntad. Es considerada la primera virtud a educar en el niño. Hace referencia a la moderación de la atracción de los placeres, y al forjarla, les va a asegurar el dominio de la voluntad sobre los instintos y les permitirá un equilibrio en el uso de los bienes creados.

Debe ser educada con dedicación especialmente entre los 7 primeros años de vida, trabajando ciertos hábitos que conduzcan a que el niño sea capaz de postergar sus deseos sensibles. Que sea capaz de priorizar el uso de su tiempo. Que sea capaz de manejar de manera recta sus impulsos. Que sea ordenado, que pueda esperar por algo que desea o necesite, etc.

Enseñarle a controlar sus impulsos, no supone una limitación, sino más bien evitar ser esclavos de los vicios y aquello que nos daña el alma y el cuerpo. Esperamos que al trabajar la templanza, nuestros hijos logren tener el dominio de sí mismos y puedan controlar sus comportamientos por medio de la voluntad, para que no sean manejados por las cosas y/o los deseos. Que puedan usar o hacer las cosas con moderación. Reaccionar de manera equilibrada sin agredir a las personas. Tener equilibrio en el uso de los placeres, pudiendo vencer el abuso de ellos. Saber mantener la calma en situaciones de estrés.

Templanza significa gobernarse. Es tan importante esta virtud en la educación de las personas, que como vemos, sin templanza no hay libertad. Y sin libertad, no hay felicidad.

Cuando los niños son pequeños, pero ya se desplazan, gatean o caminan, quieren coger todo, tocar todo, incluso muchos quieren meter todo en su boca. Las mamás parecemos guardaespaldas,

vigilando, conteniendo y tratando de controlarlos. Desde recién nacidos debemos ayudarles a ir forjando esta virtud de la templanza en sus vidas.

Para llevarlo a cabo, al igual que para todas las virtudes, lo primero con lo que debemos contar, es con unas normas claras en nuestro hogar. Darlas a conocer a nuestros hijos y asegurarnos que las conocen muy bien: temas como horario y lugar de comidas, de sueño, hábitos de orden y aseo, responsabilidades, encargos, formas de dialogo, convivencia, etc.

Lo siguiente es ir conociendo muy bien la personalidad de nuestro hijo: cuáles son sus habilidades, áreas de oportunidad, sus gustos, lo que no le gusta, aquello que más le cuesta, conocer a lo que le teme, etc. Luego, ayudarle a que poco a poco él descubra sus características y aprenda a conocerse. Importante que también pueda ir viendo que sus conductas tienen consecuencias sobre él mismo y los demás. Por ejemplo, cuando sienta enfado, sienta ira o tristeza, enseñarle a dejar pasar un tiempo antes de tomar decisiones, a poder expresar cómo se siente y entender lo que siente. Esto le ayudará a controlarse, a templar los nervios, a mantenerse sereno, y luego actuar.

Para lo anterior es muy importante utilizar un lenguaje cercano, claro y sereno por parte de nosotros que somos los adultos. Validar sus emociones y ayudarle a encausarlas.

Otro recurso para ir forjando la templanza en nuestros hijos, es fomentar la socialización. Lo primero el compartir en nuestra familia. Si son varios hermanos facilita mucho el compartir sus juguetes, o la comida, esperar o ceder turnos, ayudar a los demás, etc. Si no hay hermanos en casa, buscaremos espacios para compartir, como la familia extendida, los vecinos, amigos y compañeros de colegio o de catequesis.

De otra parte, debemos permitirles que luchen por conseguir lo que se proponen, trabajar con empeño, así se demoren en hacer las cosas. Reconocerles los esfuerzos, ensayos, repetición o errores y la dedicación que colocan. Permitirles hacer las cosas que pueden hacer por sí mismos, sin ayudarles, hasta que las terminen. Esto último requerirá de parte de los adultos gran paciencia, confianza, serenidad y templanza. De lo contrario, terminaremos haciendo las cosas por ellos y habrá terminado nuestro propósito de forjarlos en la templanza.

Motivarlos a hacer cosas nuevas, darse tiempo para conocerlas, evaluarlas e intentar. Todo esto le dará una motivación para vencer obstáculos, perseverar, e ir conociendo cosas que podrían luego apasionarles.

Animarlos a desarrollar el pensamiento crítico ante las cosas que les van sucediendo. Para esto, debemos los padres aprender a hacer preguntas que les ayuden a nuestros hijos a reflexionar sobre los eventos, a entender sus emociones, a evaluar su respuesta ante las situaciones. Ayudarles a volver a observar en su mente lo sucedido, para analizarlo en calma y poder pensar en otras posibles soluciones para la misma. Todo por medio de preguntas muy bien elaboradas y dando tiempo para pensar y responder.

Lo anterior si lo acompañamos del desarrollo del buen humor, donde aprendan a reírse de sí mismos cuando cometan errores, estaremos enseñándoles a suavizar los momentos de tensión, mantener la calma, bajar los niveles de estrés y seguramente el día de mañana saber tomar buenas decisiones. Debemos ser muy cuidadosos en este aprendizaje del buen humor, para que nuestros hijos aprendan cuando utilizarlo y cuando no.

Aunque nuestro hijo sea un bebé de 2 años, ya necesita autonomía y por eso debemos permitirles tomar decisiones de forma gradual de acuerdo a su edad. Por ejemplo con la ropa que se pondrá, o qué vegetal va a comer de dos o tres que se le ofrecen, o cómo distribuirá su horario en la tarde al llegar a casa, o que organizará primero de su habitación, o cuál encargo quiere hacer para participar en las labores del hogar, etc. Con estos pequeños pasos, de adolescente o joven tendrá fortalecida su autonomía para escoger entre dos cosas buenas, la que más conviene para su vida.

Cómo lo dijimos el mes pasado, toda virtud que queramos inculcar en nuestros hijos, debemos trabajarla primero en nosotros mismos. Entonces, ahora lea nuevamente este artículo, pero en esta ocasión la lectura será para evaluar sus propios comportamientos y actitudes ante las situaciones presentadas, para así conocer que tan desarrollada tiene la templanza en su vida y que tanto y en qué aspectos necesita trabajarla, antes de hacer un plan para forjarla en sus hijos.