

Los diez valores que transmitir a tu hijo para convivir en sociedad

M. J. P-B. / MADRID
Día 18/09/2013 - 15.37h

Empatía, gratitud, compromiso... ¿Sabes si estás dando ejemplo de estos principios a tu hijo?



FOTOLIA

Desarrollando afecto por los otros, su hijo aprenderá el valor de la amistad

Partiendo de la base de que los padres tienen libertad para transmitir los valores que consideren más convenientes para sus hijos, siempre hay algunos principios que parecen los básicos para una convivencia social en armonía. Óscar González, profesor y director de la Escuela de Padres con Talento, ha confeccionado una propuesta que resultará muy útil para empezar. Se trata de **una guía de valores** que poco a poco irá configurando nuestra propia escala de principios a medidas que crecemos.

Pero antes de inculcar a los hijos una serie de valores, los padres deben plantearse que «es más importante lo que hacemos que lo que decimos», como aconseja González, y, por tanto, «hay que dar coherencia» a nuestras acciones y comportamiento. Los padres tienen que **dar ejemplo**: «no pueden decir al niño que sea respetuoso con los demás si nosotros estamos continuamente faltando el respeto a todo el mundo», dice el profesor. Hay muchos momentos en el día a día de poner en práctica estos valores para que los hijos alcancen una convivencia en sociedad:

1. La empatía: El niño tiene que aprender a **ponerse en el lugar del otro** y entender cómo piensan y sienten los demás ya que se trata de un valor necesario para la convivencia.

Pregúntate: ¿Muestras empatía ante los sentimientos de tu hijo?

2. La humildad: Es necesario que el niño aprenda que no es superior ni a nada ni a nadie en ningún sentido, a pesar de mostrar seguridad en las capacidades que posee. Vivir con una actitud humilde le permitirá conocerse mejor, valorar sus fortalezas e intentar mejorar sus debilidades.

Pregúntate: ¿Eres humilde o por el contrario arrogante o prepotente? ¿qué ejemplo le muestras a tu hijo?

3. La autoestima: Es importante que el niño aprenda a valorarse a sí mismo. Esto sirve de base para educar la empatía. Una buena forma de fomentar la autoestima es a través de una herramienta muy poderosa: el elogio.

Pregúntate: ¿Elogias continuamente a tu hijo o solo le recuerdas lo que hace mal?

4. El compromiso: El compromiso es un valor que demuestra madurez y responsabilidad. Se va adquiriendo progresivamente con los años. Debemos hacer ver a nuestros hijos el valor de la palabra dada. No hay nada mejor que dar ejemplo.

Pregúntate: ¿Cumples con tu palabra?

5. La gratitud: Es importante y valioso que nuestros hijos aprendan a mostrar gratitud. Este valor va unido a las gratificaciones positivas, por eso es importante que continuamente reconozcamos a nuestro hijo lo bien que hace las cosas. Y pensad que la gratitud no se trata solo de dar las gracias, sino que nace del corazón, de nuestro interior, del aprecio a lo que alguien hace por nosotros.

Pregúntate: ¿Te muestras agradecido ante tu hijo y con los demás?

6. La amistad: Nuestro hijo debe aprender el valor de la amistad, del afecto mutuo que nace del contacto con el otro. Aprenderá que el verdadero valor de la palabra amistad va mucho más allá que un simple click agregando amigos en sus redes sociales.

Pregúntate: ¿Cuidas tus amistades?

7. El optimismo: Es muy importante que nuestros hijos aprendan a vivir la vida con entusiasmo y optimismo, buscando siempre el lado positivo de las cosas a pesar de los reveses que nos presenta la vida. Deben huir del pensamiento negativo que nos atenaza.

Pregúntate: ¿Te muestras alegre y optimista ante tu hijo o negativo y pesimista?

8. La paciencia: Nuestro hijo debe cultivar la paciencia y aprender a diferir gratificaciones huyendo del «lo quiero aquí y ahora». Esto ayudará a controlar y canalizar su impulsividad mostrando una actitud paciente y serena frente a la vida.

Pregúntate: ¿Practicas la paciencia en tu día a día?

9. El esfuerzo: Un valor necesario en la sociedad actual que se caracteriza por la inmediatez y el mínimo esfuerzo. El niño tiene que aprender que todo lo que quiere conseguir requiere de un esfuerzo.

Pregúntate: ¿Actúas con esfuerzo en tus actividades y proyectos?

10. La felicidad: Este debe ser el objetivo de la educación que ofrecemos a nuestros hijos, conquistar su felicidad y que sean capaces de transmitir y contagiar esa felicidad a los demás. Para ello es importante cultivar la alegría, el optimismo, el sentido del humor, etc. Solo aquel que es feliz puede transmitir felicidad.

Pregúntate: ¿Eres feliz en tu vida?