

TEMA 4: ¿Progresan adecuadamente? Hábitos negativos para la salud y el rendimiento escolar.

1. ¿En qué estamos interesados como padres, que progresen nuestros hijos?

Tal vez algunos deseen sólo que avancen en conocimientos y destrezas propios de su curso académico, que aprueben los cursos y que sean buenos estudiantes, para que después tengan oportunidad de poder colocarse bien. Pero, ¿realmente esto es lo que todos deseamos? Creo que no. Otros, no sé si muchos o pocos (deseo que sean muchos) deseamos para nuestros hijos algo más.

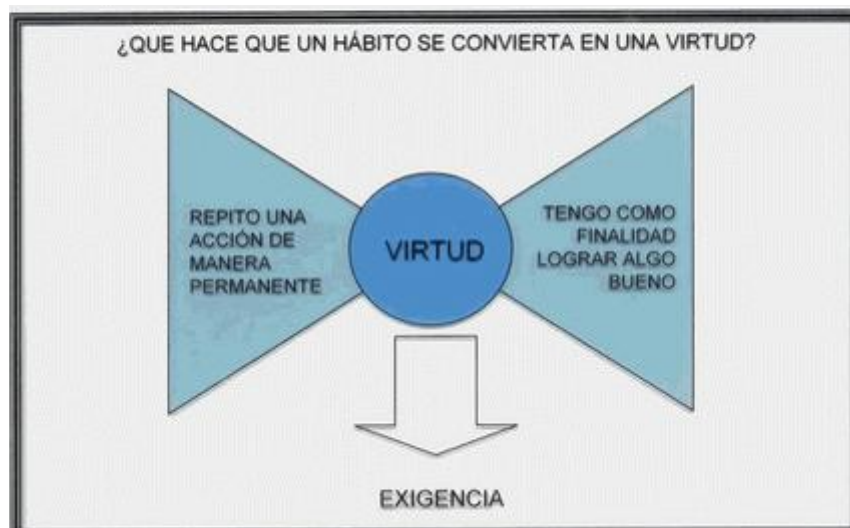
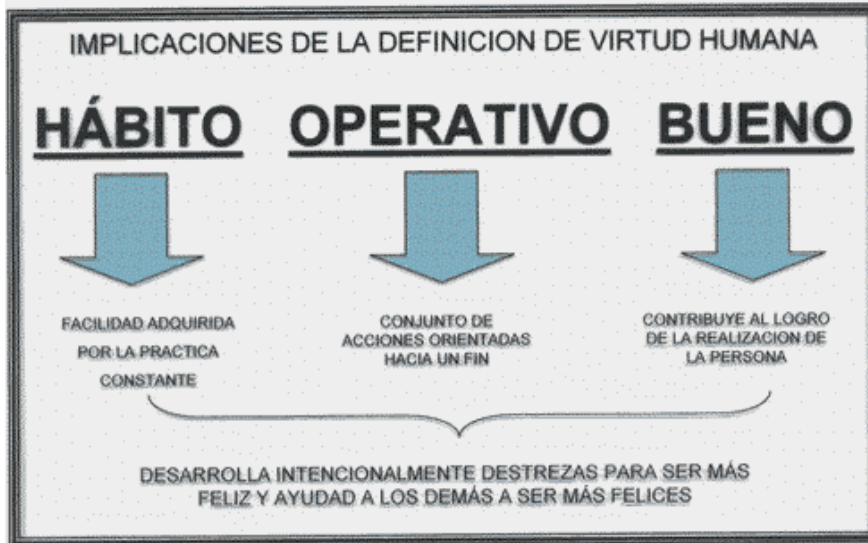
Deseamos que se formen como personas íntegras, cimentadas en valores, mejor dicho en virtudes. Esperamos que sus cimientos sean sólidos, que vivan su fe en medio de la sociedad en las que les ha tocado vivir; pero dando la pincelada del Amor. Por supuesto sin eludir el esfuerzo y el compromiso que conlleva el madurar.

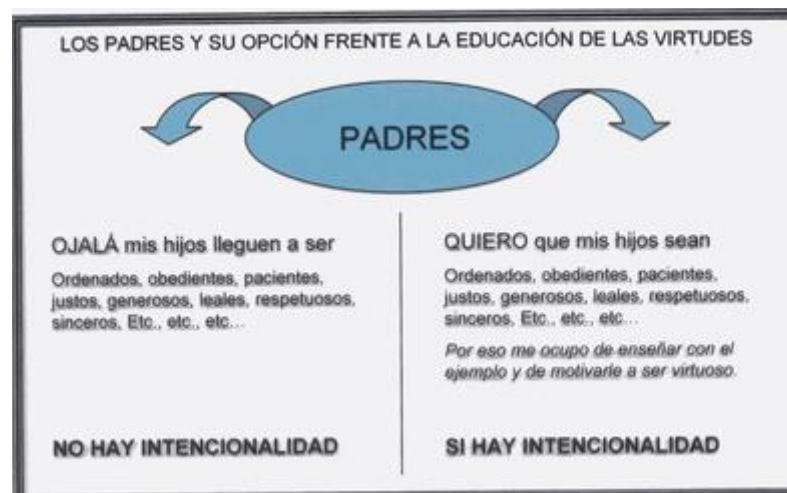
En el comienzo de la 2ª Carta del apóstol San Pedro se nos da una serie de bienes con los que afrontar la corrupción del mundo por la ambición. “Poned todo empeño en añadir a la fe honradez, a la honradez el criterio, al criterio el dominio propio, al dominio propio la constancia, a la constancia la piedad, a la piedad el cariño fraterno, al cariño fraterno el amor”.

2. Llamados a cultivar las virtudes en nuestros hijos.

No es lo mismo valor que virtud.







Tenemos la tarea urgente de hacerles Amar la belleza, que opten por lo Bueno y que vivan en la Verdad.

Benedicto XVI en la homilía de clausura del Encuentro Mundial con las Familias en Milán en mayo del 2012 tiene unas palabras preciosas sobre la familia como escuela de virtudes. “El amor de los esposos es fecundo para la sociedad, porque la vida familiar es la primera e insustituible escuela de virtudes sociales, como el respeto a las personas, la gratuidad, la confianza, la responsabilidad, la solidaridad, la cooperación...”

3. A los padres se nos pide coherencia de vida

No podemos delegar la tarea educativa de nuestros hijos a la escuela, dentro de las responsabilidades que tenemos por ser padres está el ocuparnos de su educación. Hemos de velar también para que la educación que reciban sea la adecuada y les lleve a una formación como personas íntegras, cuidando y cultivando todas las dimensiones de la persona (humana y espiritual). Es conveniente que los padres nos impliquemos en los colegios de nuestros hijos, participando de forma activa en los organismos que son cauce para una relación adecuada y fluida entre la familia y el colegio. Así podemos formar parte de las asociaciones de padres, del consejo escolar, de escuelas de padres... Hemos de hacernos presentes en el centro en el que nuestros hijos pasan la mayor parte del día. Los padres en la medida de nuestras posibilidades hemos de anticiparnos a los posibles problemas de los hijos pidiendo una tutoría, una entrevista con un profesor. Esto es muy beneficioso para el chico pues ve el interés de los padres por sus problemas, por eso es conveniente también que acudan el padre y la madre. El compromiso de los padres en el ámbito escolar, su presencia e implicación es consecuencia debida a ser ellos los primeros responsables de la educación de sus hijos.

Sobre la tarea urgente de la educación conviene leer la carta de Benedicto XVI (Roma 21-1-2008)

Igualmente en el punto 6 de la *Gravissimum Educationis* se hace referencia a las obligaciones y a los derechos de los padres y se les pide que se involucren en la educación de sus hijos.

En la Carta de los derechos de la familia (22/10/1983) se afirma que por el hecho de haber dado la vida a sus hijos, los padres se convierten en los primeros y principales educadores.

Asimismo en el Catecismo de la Iglesia Católica en el número 2221 hasta 2230, se citan los deberes de los padres.

Es interesante la opinión que sobre la educación tiene Alejandra Vallejo-Nágera: "La educación más idónea para los hijos es aquella en la que se conjuga una mezcla equilibrada de amor, ejemplo, autoridad, sentido común y coherencia entre lo que se dice y se hace. Su propósito fundamental es edificar el mundo interior y exterior de los chicos, guiarles por el camino que les llevará, finalmente, a ser responsables y dueños de su propia vida."

La misma autora afirma que la educación es un proceso de descubrimientos en una existencia cordialmente compartida con otros seres humanos.

Se ve aquí la importancia que tiene el educar en comunión y para la comunión.

Alejandra Vallejo-Nágera nos dice a los padres que el oficio de educar requiere que los padres hagan uso de cinco actitudes esenciales.

Estas cinco actitudes son:

1. **Comprender:** conocer a los hijos, colocarse en su lugar, lo cual está lejos de secundar sus caprichos o dejarse tiranizar por sus demandas.
2. **Amar:** valorar, dar tiempo, omitir chantajes sentimentales, decirles “te quiero” con palabras y gestos, tratarles consideradamente. Es imprescindible que entiendan que se les valora como personas y que siempre estaremos a su lado.
3. **Proteger:** poner límites, cuidarles y defenderles sin suplantarles o encerrarles. La protección se encamina hacia el desarrollo del sentido de la responsabilidad, para que el niño experimente cómo se obra de un modo consciente, libre y maduro.
4. **Enseñar:** edificar habilidades personales y cualidades morales para hacer del niño un ser humano confiable y responsable.
5. **Liberar:** confiar, dar oportunidades sin condicionar el camino para abordarlas.

Esta autora también piensa que la educación debe enseñar a los niños a pensar, valorar y decidir cuál es el camino más idóneo, permitir que lo sigan con confianza y corregir los tropiezos habidos durante el trayecto.

Destacar también que la educación ha de promover la capacidad para hacer bien las cosas, saber por qué están bien hechas y alegrarse cuando se consigue el triunfo de los objetivos. Opinión para mí muy acertada en los tiempos que corren en los que parece que no importa nada y que da igual cómo se hagan las cosas. Esta idea está extendida entre los adolescentes, pues saben que no se valora el esfuerzo como se debiera.

Para esta misión preciosa los padres deben estar unidos, tener los mismos criterios y vivir y testimoniar todo esto, con alegría, en su vida. Que descubran el bien que es poder vivir en comunión, en familia. Que se sientan amados desde su singularidad irreplicable y por ser ellos mismos como son, con sus virtudes y defectos. Hemos de ayudarles a sacar todo lo bueno que tienen.

Parecen muy adecuadas para realizar esta tarea unos consejos que Benedicto XVI en la homilía citada anteriormente en Milán nos decía a las familias: “...cuidad a vuestros hijos y, en un mundo dominado por la técnica, transmitirles, con serenidad y confianza, razones para vivir la fuerza de la fe, planteándoles metas altas y sosteniéndolos en las debilidades”.

4. Potenciar en nuestros hijos hábitos saludables

Los padres hemos de ayudar a nuestros hijos en unos hábitos saludables. Hemos de potenciar en casa una buena alimentación, con un horario en las comidas, con unas buenas maneras para estar en la mesa, etc. Si no tienen una alimentación sana, con cierto horario, después no rinden en clase como deberían.

Lo mismo ocurre con las horas de descanso. En general duermen poco y se duermen cuando no deben, por ejemplo en clase. Dedicamos demasiado tiempo al ordenador, móvil, consolas,... Hemos de establecer unos límites con ellos y cumplirlos.

Sería muy recomendable que practicasen algún deporte, en general pasan demasiado tiempo sentados y en espacios cerrados con escasa movilidad. Al realizar algún deporte además de aportarles beneficios físicos, tienen la oportunidad de relacionarse con otros y con el entorno. También les aporta el tener que someterse a unas determinadas reglas, les hace trabajar en equipo, les enseña a encajar los triunfos y las derrotas, experimentan el cansancio e incluso a veces el sufrimiento. Todo ello les ayuda a formarse como personas y aumenta en no pocas ocasiones el rendimiento escolar.

Hemos de ayudarles a planificar un horario. Hacerles ver que deben aprovechar bien el tiempo. Quien ordena su tiempo, es capaz de ordenar su vida.

El rendimiento escolar se ve afectado cuando no se tiene un horario y unos hábitos de alimentación, de estudio, de higiene adecuados.

5. Ayudarles a organizarse y elaborar un plan de vida

Todos debemos tener un plan de vida en el que reflejemos nuestros proyectos, nuestras metas, nuestras debilidades, para poder planificar y mejorar ciertos aspectos de éste cada vez que lo revisemos. Ponernos pequeños compromisos con realismo. Confiar en nosotros, en nuestras capacidades. Ayudarles a aumentar su autoestima siempre que podamos.

También es un hecho que actualmente no se valora el esfuerzo, el trabajo bien hecho; esto no les ayuda, les vuelve tibios, perezosos en la mediocridad. Tampoco ven muchas salidas después de sus estudios, debido al gran número de parados que existen con mucha preparación. Todo este conjunto de factores negativos les desmotiva y caen en el “qué más da”, no vale para nada.

Ante este panorama hemos de hacer hincapié en la confianza, en el saber esperar.

6. Ejemplos de santos jóvenes

Proponerles ejemplos de vidas de santos. La vida del joven Rafael Arnaiz, ahora ya San Rafael, es muy atractiva y refleja en sus 27 años de vida, un cántico a la

esperanza y trascendencia. San Rafael fue uno de los santos patronos de la Jornada Mundial de la Juventud el pasado año 2011 en Madrid

El hermano Rafael tenía una frase que refleja el abandono, la confianza en Dios de aquel que con sus fuerzas ya ha hecho todo lo ha podido y se siente en manos de otro. Esta frase es: “Toda nuestra ciencia consiste en saber esperar”

De sus datos biográficos se puede destacar que el hermano Rafael estaba dotado de una inteligencia brillante y poseía destacadas cualidades para la amistad. A la vez que iba creciendo en edad y desarrollaba su personalidad, crecía también su experiencia espiritual de vida cristiana.

Su espiritualidad está polarizada en la búsqueda de Dios, que cada vez se hace más dominante en su vida, y que él expresa en una frase muy propia en la que parece decirlo todo; “¡Sólo Dios!”.

Por eso toda la vida de Rafael es ante todo un testimonio de la trascendencia de Dios, de lo absoluto de Dios. No un Dios de quien se conocen muchas cosas, sino un Dios experimentado en la vida y que le ha fascinado.

Sediento de Dios, su única aspiración era la de vivir para amar, porque era un hombre hecho para amar. No quería que su vida fuera otra cosa más que un acto de amor.

La enfermedad fue para Rafael el crisol en el que Dios quiso modelarlo. A través de ella, descubrió el camino de la cruz que Dios le ofrecía como única alternativa.

La amó hasta la paradoja de sentirse absolutamente feliz porque se sentía absolutamente desgraciado.

Purificado en el amor y en el dolor, Rafael, de carácter jovial y comunicativo, atractivo a todos los que le trataban, se hizo cada día más transparente a Dios, a su Espíritu y a los hombres.

Otra nota muy significativa de su espiritualidad es su amor entrañable a María, que ocupa un lugar central en su camino a Dios. De Ella recibe ayuda, luz, consuelo, y con Ella mantiene unas relaciones llenas de confianza, sencillez y ternura.

7. Provocar un encuentro de nuestros hijos con Jesucristo

Hemos de provocar en nuestros hijos un encuentro con Jesucristo vivo. Hemos de preocuparnos por su crecimiento personal, y la dimensión espiritual forma una parte muy importante.

Hemos de procurarles todos los medios que tengamos a nuestro alcance para que aprendan inglés, alemán, informática...; pero también apostar por campamentos, por reuniones con otros jóvenes que le ayuden a vivir su fe, ejercicios espirituales, peregrinaciones...

No escatimar en medios ni en ocasiones para que se encuentren con Jesucristo.

Muchos padres deseamos este encuentro con Jesucristo y que además lo vivan con otros jóvenes, que no vivan su fe de forma solitaria.

8. Caso práctico

Chico de 14 años, hijo único. Cursa 2º de ESO. Está desmotivado en ciertas asignaturas. No está dispuesto a esforzarse. Los padres le pagan a un profesor particular. El padre le pregunta los temas habitualmente. Los padres le dejan jugar con la consola y él no se desengancha hasta las 3 o las 4 de la mañana. Llega al colegio cansado y se duerme en el pupitre. No quiere defraudar a sus padres por los posibles castigos que esto puede ocasionarle. En algún examen intenta copiar. Le quedan asignaturas; pero vive fuera de la realidad y piensa aprobar, como en otras ocasiones, entre junio y septiembre.

9. Oración

Señor, ayúdanos a formar a nuestros hijos, a cimentar su vida con las virtudes cristianas, a sacar lo mejor que cada uno tiene.

Que con nuestro ejemplo descubran que sólo el Amor cambia y es capaz de transformar todas las cosas.

Que nuestros hijos descubran con tu ayuda, que la asignatura más importante en su vida es la caridad, el AMOR.

Que siempre les acompañemos en todo lo que hagan, que no se sientan solos.

Señor, que su mirada sea limpia y valoren a cada persona como única e irrepetible, regalo de Dios, de su misericordia infinita.

Que estén contentos con ellos mismos, como son, con sus defectos y virtudes, y siempre que puedan hagan la vida más alegre a los que los rodean.

Recuérdanos Señor, que nuestros hijos son un don y que antes que nuestros son tuyos.

Que nunca se separen de Ti, y que de la mano de nuestra Buena Madre, la Virgen María, todo lo que hagan en su vida sea para gloria de Dios Padre. Amén

10. Preguntas

1. ¿En qué queremos que nuestros hijos progresen?
2. ¿Son necesarias las virtudes en la educación de los hijos actualmente? ¿Por qué?
3. ¿Somos coherentes delante de los hijos y así lo testimoniamos con nuestra vida?
4. ¿Vemos la necesidad de implicarnos en su educación y comprometernos con todo lo que conlleva: participar en las APAS de los colegios, asistir al colegio cuando se cite a los padres, tener tutorías, hablar con nuestros hijos sobre sus problemas,...?
5. ¿Cómo podemos ayudarles a organizarse y crear en ellos hábitos adecuados?
6. ¿Pueden aportar algo las vidas de santos como San Rafael Arnaiz a nuestros jóvenes?
7. ¿Ponemos algún medio para que nuestros hijos tengan un encuentro con Jesucristo?

Bibliografía:

-La familia como vocación. Manuel Iceta. Editorial PPC. El autor trata desde el proyecto de vida en pareja hasta las distintas realidades por las que va pasando la familia. También sobre los valores de la familia, el tener un corazón de familia, la educación de los hijos, educación en la fe. La familia como lugar de celebración.

- Ternura y firmeza con los hijos. Alexander Lyford-Pike. Ediciones Universidad Católica de Chile. Con caricaturas educativas y escenas cotidianas de la vida familiar ejemplifica y reflexiona sobre las actitudes de los hijos y de los padres.

- Carta de Benedicto XVI sobre la tarea urgente de la educación. (Roma 21-1-2008).

- Homilía de Benedicto XVI en la clausura del Encuentro Mundial de las Familias en Milán.

- Artículo de Alejandra Vallejo-Nágera sobre educación en el Instituto de la Felicidad.

- Página web de la Abadía de S. Isidro de Dueñas.

- Catecismo de la Iglesia Católica.
- Gravissimus Educationis, Declaración del Concilio Vaticano II sobre Educación.
- Carta de los Derechos de la Familia (22-10-1983)

Películas:

- Sonrisas y lágrimas.
- El club de los poetas muertos.
- El indomable Will Hunting.
- Rebelión en las aulas. 11

RESUMEN DEL TEMA 4

1- ¿En qué estamos interesados como padres, que progresen nuestros hijos?

2- Llamados a cultivar las virtudes en nuestros hijos.

No es lo mismo valor que virtud.
La familia primera e insustituible escuela de virtudes.

3- A los padres se nos pide coherencia de vida.

Colaboración y compromiso de los padres.
Algunas ideas sobre educación.
Valorar el esfuerzo.

4- Potenciar en nuestros hijos hábitos saludables.

Hábitos de alimentación, de descanso, de higiene.
Práctica de deporte

5- Ayudarles a organizarse y elaborar un plan de vida.

Importancia de un horario.
La confianza y el saber esperar son factores clave.

6- Ejemplos de santos jóvenes.

San Rafael Arnaiz

7- Provocar un encuentro de nuestros hijos con Jesucristo.

Vivir una fe viva y nunca en solitario.