



## Sol de Portocarrero

IES. Nº 1 – Almería

Departamento de Ciencias Sociales

Profesora: Dra. María Dolores Mira y Gómez de Mercado

# VIVIR CON ALEGRÍA

## EDUCAR LA RESPONSABILIDAD

El AMOR (la caridad), es la mejor medicina para ser felices. Aunque tengamos todas las riquezas del mundo, no podemos estar alegres si sentimos soledad, desprecio, rabia, odio... En cambio, estaremos alegres a pesar de que tengamos problemas o enfermedades si amamos y nos sentimos amados, si respetamos y nos sentimos respetados, si tenemos una gran autoestima... Porque la alegría —que no es reír a carcajadas— y la paz, no nos llega desde fuera, sino que procede de nuestro interior y brota de nuestra propia voluntad.

En la actualidad, una de las principales causas de conflictos familiares y escolares que generan mayor ansiedad y sufrimiento son las derivadas de la falta de HABILIDADES SOCIALES en niños, adolescentes y en muchos adultos. El aprendizaje y desarrollo de habilidades sociales facilitan la comunicación emocional, la resolución de problemas y la relación con los demás.

Los psicólogos Harris Cienes y Reynold Bean hablan de la importancia de la educación de los hijos en el valor de la responsabilidad. Autores de diversos libros, —entre ellos: *Cómo enseñar a sus hijos a ser responsables*, *Cómo inculcar disciplina a sus hijos*, *Cómo ser mejores padres*, *Cómo desarrollar la autoestima en los adolescentes*, *Cómo ayudar a sus hijos en el colegio...* —, aconsejan no confundir obediencia con responsabilidad.

Los padres y los maestros que constantemente dan órdenes a los niños contemplando con satisfacción cómo éstos las ejecutan o cómo obedecen lo que le dicen, no están necesariamente enseñándoles a ser responsables. Los niños actúan de manera responsable cuando se comportan adecuadamente sin que haya que recordárselos una y otra vez. Para inculcar la responsabilidad es primordial que desde que nace el niño se guarden pautas en la familia y que desde pequeño en el hogar se establezcan normas y reglas claras. De lo contrario resultará difícil practicar la autodisciplina necesaria para controlar los comportamientos propios. Se sentirá confundido y no sabrán exactamente cómo seguir las directrices que le dan.

Si los niños no tienen claro qué esperan sus padres de ellos, o no saben cuáles son sus deberes, no podrán educarse en el valor de la responsabilidad. Padres y educadores deben no solo establecer normas de la manera adecuada según la edad de cada niño o joven, sino explicar cuáles son las consecuencias por transgredirlas.

En el libro *Cómo enseñar a su hijo a ser responsable*, Cienes y Bean aseguran que los niños a quienes no se les dan deberes en el hogar desde la primera infancia, carecerán de habilidad para organizarse, para fijarse objetivos y llevar a cabo tareas complejas a lo largo de su infancia y adolescencia. Sin embargo, es fundamental que padres y formadores tengan en cuenta tres reglas al asignar responsabilidades a los jóvenes que educan para que puedan interiorizar este valor: COHERENCIA.

Cuando una norma no se cumple, se debe dar un suave castigo. Esto tiene sobre el joven más efecto a largo plazo que una actitud incoherente con un castigo severo. La COHERENCIA es una manera de demostrar a hijos y alumnos que se está pendiente de su comportamiento. Al ser coherentes padres y maestros, los niños saben a qué atenerse si no cumplen las normas y responsabilidades. Si no hay coherencia, los chicos sienten ansiedad porque no son capaces de predecir lo que puede suceder y genera ARBITRARIEDAD.



No ser arbitrario significa que padres y educadores hacen algo diferente a lo que habían dicho, o hacen algo sobre lo que no habían advertido previamente. Un acto inesperado del padre, madre, maestro ante una responsabilidad no cumplida, aumenta el miedo y la frustración del hijo. Para evitar caer en la arbitrariedad, padres y maestros deben aclarar lo que esperan en cada momento y comunicar esas expectativas de forma sencilla y directa, así como concretar cuáles son las consecuencias si la actuación no es consecuente con el modelo propuesto.

La RECOMPENSA es un estímulo para conseguir comportamientos adecuados, es ofrecer pequeños premios a cambio de responsabilidad. Ello no significa necesariamente regalos materiales, sino reconocimientos agradecidos que reafirmarán al individuo joven la satisfacción de la labor cumplida.

Según los psicólogos Harris Ciermes y Reynold Bean un joven es RESPONSABLE si:

- Realiza sus tareas en el hogar y el colegio sin que haya que recordárselo en todo momento
- Puede razonar lo que hace.
- No culpa a los demás sistemáticamente.
- Es capaz de escoger entre diferentes alternativas.
- Puede jugar y trabajar a solas sin angustias.
- Puede tomar decisiones que difieren de las que otros jóvenes toman en el grupo en que se mueve.
- Respeta y reconoce los límites impuestos por los padres y profesores sin discusiones inútiles.
- Puede concentrar su atención en tareas complicadas (según su edad) durante cierto tiempo sin frustración.
- Lleva a cabo lo que dice que va a hacer.
- Reconoce sus errores y trata de corregirlos sin armar un lío. -'

UN CONSEJO:

Coloca esta hoja en un lugar visible. Te ayudará a ser más feliz al aumentar tu autoestima con el desarrollo de esta habilidad (virtud) de la responsabilidad.