

GUÍA ORIENTADORA #10

Saludamos a todas las familias que hacen parte de la Institución Educativa Jesús de la Buena Esperanza, en la décima entrega de la "Guía Orientadora". Reflexionaremos sobre ¿Qué son los valores y qué valores fundamentales debemos inculcar en nuestros hijos?

Institución
Educativa Jesús de
la Buena Esperanza
-Orientación Escolar

Con tu ejemplo les enseñas valores a tus hijos

Nuestro ejemplo como papás es fundamental para enseñarles qué son los valores y la forma correcta de transmitírselos; porque no es solo decir, sino también enseñarles a hacer.



¿Qué son los valores y qué valores fundamentales debemos inculcar en nuestros hijos?

Para comenzar, vamos a referirnos a los valores como esas cualidades o principios básicos que nuestros hijos deberían desarrollar para su desarrollo con las demás personas en el día a día. Los valores serán ese impulso que tendrán nuestros hijos para actuar de forma correcta y crear experiencias positivas a través de las interacciones con las personas. Tal vez te estés preguntando: ¿qué valores debo enseñarles a mis hijos? A continuación te damos 5 valores fundamentales y una forma útil de ponerlos en práctica con tus hijos.

Responsabilidad

Es de los valores más comunes que siempre queremos que nuestros hijos aprendan, pero también es en el que a veces más oportunidades tenemos en su práctica. También como adultos debemos trabajar en este aspecto, porque a veces no los acompañamos lo suficiente en su cumplimiento y hacemos que se sienta impuesto; o simplemente les damos una libertad que aún no son capaces de administrar. Como en las buenas recetas, el secreto está en encontrar el punto medio entre los ingredientes, y ayudar en desarrollar en nuestros hijos, un sentido de responsabilidad que se base más en la felicidad de realizar algo y no un miedo a las repercusiones que pueda traer.

Ejercicio recomendado: Calendario de Responsabilidades



Crean juntos, un calendario visible en un lugar importante como el estudio o la habitación. Puedes usar un tablero o una pared con tizas en la que cada semana o cada día puedan escribir sus tareas o responsabilidades. Te sugerimos también que tengan un hábito de revisar y de actualizar este tablero. Esto le va a ayudar a aprender a prever qué sigue y cómo manejar su tiempo según sus responsabilidades.

Respeto y Tolerancia

Estos dos son ya valores de los niños, es decir que están innatos. Desarrollar la tolerancia y el respeto en los niños, no es más que usar a nuestro favor el hecho de que ellos aún no tienen prejuicios. Inculcar tolerancia en tu hijo empieza con reconocer que todos somos diferentes, y se mantiene alentándolo a ponerse en los zapatos de los demás.

Ejercicio recomendado: La Ley del Espejo

Tu hijo es un curioso por naturaleza y siempre estará preguntándote por muchas cosas como: por qué esta persona es así, qué tiene en la cara, por qué es diferente a mí. Aprovecha esa actitud preguntona para ayudarlo a que haga preguntas más importantes. Pídele que imagine un espejo en el que rebotarán todas sus preguntas y complementalo con otras preguntas como: ¿cómo te sentirías si fueras esa persona?, ¿qué harías tú si estuvieras en la misma situación?, ¿cómo reaccionarías si te pasara a ti?. Esto le ayudará a ponerse en el lugar de los otros y a sentir lo que otros pueden sentir.

Honestidad

Con la honestidad, pasa algo muy curioso: por un lado, queremos que nuestros hijos sean honestos; pero, por otro lado, a veces los adultos pueden recurrir a mentir frente a ellos, enseñándoles algo indebido. Honestidad no es igual a no decir mentiras, la honestidad, es un valor personal que debe servir para estar bien con nosotros mismos y no una manera de “quedar bien” ante los demás.

Ejercicio recomendado: Ir a la Tienda

Dale pequeñas responsabilidades a tu hijo. El mejor ejercicio para lograrlo es un clásico: hacer los mandados. Dile a tu hijo que compre X o Y cosa en la tienda, hazlo responsable del manejo del dinero, y en especial, de la entrega de los vueltos (devuelta o cambio). Además de que servirá para que desarrolle valores como la responsabilidad y la independencia, este pequeño ejercicio, ayudará a que cree un sentido de honestidad.

Gratitud

Detrás de la gratitud, hay un gran ejercicio de reflexión y de consciencia de lo que se tiene, lo que se recibe y lo que se da.

Ejercicio recomendado: Diario de Agradecimiento

Intenta al final del día, antes de dormir, tener un espacio en donde tú y tu hijo hablen sobre los momentos importantes del día y por los que vale la pena agradecer. Este ejercicio ayuda a mantener su memoria, a ver el lado positivo del día y a ser consciente de sus privilegios. Incluso, puedes decirle a tu hijo que agradezca a las personas que han hecho algo bueno por él, directamente. Así, no solo entenderá la necesidad de agradecer, sino que creará afinidad con quienes le rodean.

Practica estos ejercicios en el día a día con tus hijos y recuerda que la mejor enseñanza es el ejemplo.

Recuerda que lo importante es que estarás ahí para guiar a tu hijo y corregirlo con amor, porque los valores se inspiran con el ejemplo. ¡Empecemos!