

## ORIENTACIONES Y CLAVES PARA UNA EDUCACIÓN PARA LA PAZ EN EL ÁMBITO FAMILIAR

En estas líneas, os ofrecemos claves y orientaciones que os pueden ayudar a trabajar la Educación para la Paz y los Derechos Humanos en vuestra familia. Os presentamos una serie de actitudes que pensamos pueden ser de ayuda para lograr un clima familiar basado en el dialogo tolerante y en la resolución de los conflictos de manera satisfactoria para todas las personas que convivís en el núcleo familiar: madres, padres, hijos e hijas.

Somos conscientes de que es un camino complejo, pero necesario comenzarlo, ya que todos y todas también tenemos la experiencia de que el perpetuar las situaciones de conflicto no suele ser nada satisfactorio en la mayor parte de las ocasiones.

- **Veracidad:** importancia de mantener unas relaciones basadas en ser veraces y no desdibujar o falsear los hechos y pensamientos. En muchas ocasiones disfrazamos la realidad o expresamos mentiras “piadosas” imaginando que así ayudamos a nuestros hijos e hijas o damos fuerza a nuestros mensajes y esto, a la larga, se vuelve contra nuestras sanas intenciones.
  
- **Sentido lúdico:** transmitiendo ilusión y alegría. Apoyándonos en los elementos positivos de la vida y ofreciendo a esas personitas en desarrollo ganas e ilusión por seguir avanzando.
  
- **Sentido de la justicia:** siendo personas equilibradas en la administración de premios y castigos y adoptando decisiones. Hoy en día una de las constataciones más claras en la educación familiar es que los padres-madres abusamos de los premios, somos blandos con los castigos (cuantas veces amenazamos pero no ejecutamos) y eludimos tomar decisiones comprometidas. Buscar fórmulas de establecer

castigos proporcionados y premios proporcionales, tomar decisiones sin miedo, ser capaces de reconocer errores posteriormente, pero aplicar las decisiones en su momento.

- **Empatizar:** sabiéndonos poner en la piel de la otra persona. Sabemos que es difícil pues infancia y adolescencia son edades que se olvidan prontamente, pero no es imposible. Es importante saber escucharles para poder entenderles y de ese modo sintonizar mejor con ell@s.

- **Comunicación bidireccional afectiva:** transmitir, pero también recibir, sobretodo afecto. Hablar a nuestros hijos e hijas, pero también escucharles. Transmitirles que les queremos de forma no sólo verbal, existen muchas formas de comunicárselo que probablemente no requieran palabras: besos, abrazos, mimos... Enseñarles, con nuestro propio ejemplo, a que nos transmitan sus afectos contribuirá, no a resolver los conflictos, pero sí a crear un clima que posibilite su resolución.

- **Ilusionarles** en proyectos transformadores: ayudándoles a ver posibilidades de cambio reales. Valorar sus proyectos apoyándolos como si fueran vuestros.

- **Familiarizarse con los conflictos:** abordándolos y dándoles respuestas y aprendiendo a verlos como naturales. El conflicto es algo que va unido a la propia relación entre personas, debemos acostumbrarnos a ir dando respuestas a los conflictos.

- **Coherencia:** tratar de hacer las acciones que decimos. Es importante que nuestros hijos e hijas vean similitudes entre aquello que pregonamos, y en ocasiones les exigimos, y nuestros actos. Decir no fumes echando humo es poco o nada instructivo.

- **Sensibilidad:** ser receptivos y sensibles a las personas y situaciones que entrevemos. Es una manera de transmitir y luego poder percibir su propia sensibilidad, si nos mostramos insensibles ante problemas del entorno, difícilmente nos van a transmitir sus propios problemas o van a entender los que tengamos.
- **Entender la separatividad (autonomía):** nuestros hijos e hijas están llamados a ser personas libres. No son propiedad nuestra, y en la medida que lo entendamos así más adecuada será nuestra relación.
- **Crítico-desobediente:** ayudar a ser una persona asertiva y a no acatar todo sin ponerlo en cuestión. Es difícil pero importante aprender a ser desobedecidos por nuestros hijos e hijas, pues nos ayudará a enmendar nuestros propios errores.
- **Ayudar a amar y respetar el propio cuerpo.** Educación sexo-afectiva, educación para la adquisición de costumbres sanas de higiene y cuidado personal, son labores no ajenas a nuestro cometido de padres y madres.
- **Amar y defender la naturaleza y el medio ambiente.** No sólo respetar los árboles en el campo, sino también el entorno del barrio, pueblo o ciudad donde habitamos, labor ésta en la que nuestro ejemplo es decisivo.
- **Ayudar a cultivar la propia interioridad y el saberse tenido por lo trascendente.** Momentos de oración o meditación, espacios de reflexión ante la naturaleza, y otras ocasiones que nos ayuden a vivir en familia lo trascendente.
- **Tratar de no transmitir visiones simplistas sobre las personas:** buenas-malas, blanco-negro,... Todas las personas y sucesos son complejos y presentan numerosos matices y tonalidades como para que

sus actos se puedan entender por simples reducciones a bueno-malo, blanco-negro,...

- **Compartir lo que se es y lo que se tiene.** Valores, sentimientos, actitudes, pero también bienes y riquezas con las personas necesitadas del entorno es algo que contribuirá a generar personas solidarias.

Hemos pretendido aportar nuestro granito de arena a la difícil tarea de educar en el entorno familiar. Esta lista de elementos clave queda abierta a vuestras aportaciones y trata de ser un instrumento que por medio del diálogo se vaya concretando en realidades adecuadas a vuestra propia coyuntura. Como en todo buen cocido los ingredientes, tiempos, y cantidades quedan a juicio de los y las cocineras, que sois vosotros y vosotras.

Suerte, saludos y buenos guisos.