



Emociones



**Patricia
Cigarán**

Experta en
Educación

Es importante potenciar sus fortalezas frente a sus debilidades

¿Da más fuerza saberse querido que saberse fuerte? J.W. Goethe. Necesitamos pararnos a pensar cómo hacemos sentirse queridos/as a los demás y como de queridos/as nos sentimos. Sentirse querido es algo que necesitamos todas las personas a todas las edades. En el proceso educativo parece algo obvio desde el comienzo, ¿Qué familia no quiere a su hijo/a? y ¿cómo se sienten de queridos nuestros hijo/as? No te pierdas este artículo.

Nuestros hijos/as necesitan que les queramos como son, con sus cualidades y defectos, y partiendo de ellos ayudarles a que las potencien y mejoren respectivamente.

Para ello, necesitamos dedicarles tiempo, tiempo de calidad real, observarles, conocer cómo reaccionan en el entorno familiar y fuera de él, como se relacionan con sus amigos/as, en el deporte o en otras actividades o circunstancias que puedan realizar o darse.

Una vez que tenemos ¿la fotografía?, la de ese momento, edad, temporada, podemos trazarles un plan para que lo vayan practicando y se vayan superando. Siempre destacando sus fortalezas para mejorar una debilidad.

En este proceso necesitan nuestro apoyo, para que puedan llevarlo a cabo ellos mismos en primera persona, porque se trata de que lo hagan ellos, de que sean los protagonistas. Es como si realizamos una tabla de ejercicios físicos para que puedan estar en forma para una prueba deportiva que van a realizar en los próximos meses. En el caso del proceso educativo, se trata de ¿una tabla?, que vamos a llamar proyecto de mejora personal, que practicarán ahora y les va a servir para ir adquiriendo confianza. Sobre él realizaremos otro, y otro, y otro? de tal forma que lo vayamos adaptando al momento en el que se encuentren según fortalezas y debilidades, para que sean unas personas que se sientan queridas y tengan una gran confianza en ellas mismas.

Desde que nacen necesitan establecer una base de autoestima sólida y que vaya creciendo con ellos/as.

En cada plan que establezcamos no tienen que ser planes enumerados, podemos partir de uno e ir añadiendo, quitando o modificando actividades que son necesarias para ese momento, pero siempre de una manera objetiva y sugerir que haya un consenso entre el padre y la madre. Siendo cada uno diferente y con su manera de ser, pero con los objetivos concretos consensuados.

Los pequeños objetivos que vayamos estableciendo debemos ir marcándolos con una ¿exigencia? que les suponga afán de superación combinándolos con otros que sean de fácil adquisición para que ellos mismos vayan sintiendo el avance con el refuerzo positivo que les vamos dando.

En el trayecto habrá momentos de gran satisfacción y otros de no tanta porque les cuesta, no quieren, se rinden, es mucho esfuerzo, etc? este es el momento que tenemos que darles una sobredosis de cariño y mayor comprensión, pero son ellos quienes lo llevan a cabo, nosotros les mostramos nuestra confianza, ellos deben ser los protagonistas. Si nosotros intervenimos y ¿les sustituimos? pierde su eficacia, no pasa nada si esta vez no lo ha conseguido, lo debe volver a intentar y ahí estamos nosotros con todo nuestro apoyo y cariño para recogerle si se cae.

Volviendo al ejemplo de la preparación de una prueba deportiva, el día de la prueba, será el quien la realice y el resultado será el suyo, nosotros estaremos apoyándole y

animándole, seremos su referencia, le transmitiremos confianza, pero es el quien participa, no podemos saltar nosotros y sustituirle para terminarla o mejorarla.

Como decía al comienzo de este post, nuestros hijos/as necesitan sentirse queridos como son ellos no como a nosotros nos gustaría que fuesen.

EXPERTO:

Patricia Cigaran

Experta en Educación

Experta en Educación Familiar con más de 20 años de experiencia en la dirección de colegios infantiles.