



## • RELACIONES PADRES-HIJOS. •

*¿ Es tu familia sana, ayuda a la felicidad y al crecimiento, físico y mental o psicológico de todos ?*

*¿ Es tu familia creadora de sufrimiento, de soledad, detiene el desarrollo armónico de las personas ?*

*La respuesta a estas preguntas depende de las relaciones entre todos los de la casa.*

*De las relaciones depende el que la familia sea una ayuda para la tranquilidad, la paz, la armonía, el afecto y la ternura, que son necesidades básicas de todas las personas o el que la familia sea creadora de problemas y estorbe al crecimiento psicológico armónico y completo.*

*El que la familia sea sana depende de que las relaciones sean:*

**claras:** *uno dice directamente lo que piensa o siente;*

**sinceras:** *cada uno dice la verdad, no se excusa, no tapa sus fallos, reconoce sus errores;*

**cálidas:** *el cariño que se siente se expresa, no se da por supuesto, se pide cuando se necesita;*

**firmes:** *no ceder ante las presiones de los demás cuando son injustificadas o movidas por la mentira, egoísmo...*

**respetuosas:** *respetar la libertad y la autonomía de los demás, evitar todo lo que es faltar al respeto de los padres a los hijos y de los hijos a los padres.*

*Si las relaciones no son claras, débiles, e irrespetuosas, esa familia no está sana y hay que ponerle remedio.*

*Cualquiera de los miembros influye y es influido para bien o para mal del resto de los miembros de la familia, ya que ésta es una máquina con muchas y delicadas piezas relacionadas entre sí, y el funcionamiento de cada pieza repercute positiva o negativamente en las demás piezas y en la máquina entera: si uno respeta a los demás... todos se sienten bien; si uno bebe... todos se ven afectados por el problema; si uno miente... en todos se crea desconfianza y malestar.*

*Es necesario pensar sobre nuestras relaciones entre padres e hijos.*

## LO QUE OBSTACULIZA LAS RELACIONES PADRES-HIJOS

1. **CEGUERA AFECTIVA:** es fijarse sólo o casi exclusivamente en los fallos, errores o equivocaciones de los hijos o de los hijos o de los padres. No prestar atención, ni alabar las cualidades ni las cosas que se hacen bien.
2. **PROTECCIONISMO:** es una actitud de los padres desde la cual intentan eliminar todo esfuerzo de los hijos, realizar las tareas que pueden hacer los hijos, convertirse en sus criados, eliminar todo peligro real o imaginario.
3. **PERMISIVISMO:** es la actitud contraria al proteccionismo. Es someterse a la voluntad de los hijos; antes de que abran la boca darles lo que piden. Para que no se enfaden y evitar líos, dejarles hacer todo lo que quieran, tanto dentro como fuera de casa.
4. **AGRESIVIDAD:** padres e hijos que usan los gritos, insultos, burlas, ironías; tanto los padres como los hijos usan mutuamente el castigo no tanto físico como síquico: hacer que el otro se sienta mal.
5. **MENSAJES CONTRADICTORIOS:** es más propio de los padres donde uno dice una cosa y el otro la contraria; donde las palabras dicen una cosa pero los hechos, las miradas o gestos dicen lo contrario. Se pide a los hijos o a los padres lo contrario de lo que cada uno hace.

### INADECUADO



### ADECUADO



### INADECUADO



## LO QUE FAVORECE LAS RELACIONES PADRES-HIJOS

- a. **USAR LAS CARICIAS POSITIVAS:** alabar, apoyar, aprobar acariciar, besar.
- b. **ESCUCHAR:** no sólo lo que se dice, si no, sobre todo, lo que se quiere decir y lo que el otro siente.
- c. **EXPRESION CLARA DE LOS SENTIMIENTOS:** de los hijos a los padres y de los padres a los hijos.
- d. **PEDIR OPINION:** los hijos no son tontos y los padres tampoco; cuando hay que hacer algo que afecta a todos, pedir opinión.
- e. **FOMENTAR POR PARTE DE LOS PADRES LA AUTONOMIA:** que se levante a la hora con el despertador, que se haga la cama o limpie los zapatos, darle paga para toda la semana, que elija el deporte que prefiera, que salga con sus amigos, que se enamore, que elija lo que quiere estudiar, que decida su vida religiosa, ideas políticas...

### ADECUADO



### INADECUADO

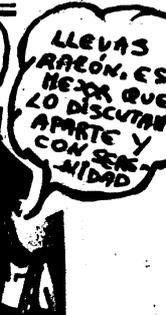
¡NO ESTOY DESPUES TO A TOLERAR QUE ESTO VUELVA A OCURRIR...!

¡¡ CÓMO QUE NO ESTÁS DISPUESTO A TOLERAR..., LA QUE ESTÁ HACIENDO TA SOY YO...!!



### ADECUADO

ME GUSTA QUE ESO ME LO DIGAS SIN VOCES, CUANDO EL NIÑO NO ESTE PRESENTE. ME SENTIRÍA MEJOR Y LO DEBUTARÍA NOS SERÍA MÁS FAVORABLE.



# ◦AUTORIDAD Y LIBERTAD

## EN LAS RELACIONES PADRES-HIJOS◦

En las relaciones PADRES-HIJOS entran en juego dos elementos que son importantes: la AUTORIDAD y la LIBERTAD. Los dos son necesarios.

Como una pauta podemos decir que: a mayor edad menos autoridad y más libertad, y que los padres han de educar para que los hijos se valgan por sí mismos y no los necesiten.

**LA AUTORIDAD:** no significa dominio despótico, arbitrario por parte de los padres, acompañado de castigos cuando los hijos no "obedecen" ciegamente las órdenes paternas.

La autoridad significa: marcar límites, acompañar al hijo en el esfuerzo, ser modelo atrayente e imitable (no presentarse como santo o sabelotodo), pedir la hijo lo que los padres hacen antes, no ceder ante las peticiones irracionales de los hijos, no someterse a sus caprichos, decir lo que está bien o mal.

**Esta autoridad** es necesaria para que el hijo cuide su vida, cree hábitos de salud, higiene, descanso, sueño, desarrolle su moralidad y su conciencia, realice su propio conocimiento, su autoestima, haga crecer su inteligencia, aprenda a convivir y a relacionarse sin violencia, engaño o complejos.

**LA LIBERTAD** tampoco es hacer lo que le venga en gana, ya que estropearía todo su desarrollo humano.

La libertad es: dejarle que pueda elegir, decidir con responsabilidad, dejarle expresar sus sentimientos, sus propias ideas y gustos, dejarle discutir los puntos de vista.

En las relaciones que se establecen entre PADRES-HIJOS cuando se ejerce la autoridad y la libertad, es difícil mantener el equilibrio, porque en toda relación intervienen sentimientos por parte de los padres y de los hijos y también actitudes de comodidad y egoísmo...

Por ello los padres e hijos necesitan del **diálogo** en el que se expresen sentimientos, ideas, razones...

También es bueno poder compartir y contrastar con otras familias experiencias educativas en pequeños grupos.

A las relaciones en la familia ayuda mucho la relación sana de la pareja, ya que se aprende más por lo que se ve hacer que por lo que se dice.

Y no olvidar que la autoridad está al servicio de la libertad para conseguir una maduración integral.



# \* LAS RELACIONES

## Y LOS VALORES\*

En el fondo de todas las relaciones personales hay unos valores que influyen poderosamente en cómo se establecen y se mantienen.

En cada relación la persona se expresa, se da a conocer; la relación se establece a través de las palabras y los hechos, y ambos son la expresión de lo que hay o está pasando en cada una de las personas que entran en relación.

En una relación positiva entran estos valores:

**LA SINCERIDAD:** para ello los padres e hijos han de ser capaces de expresar sus sentimientos, reconocer sus errores y fallos, hacer lo que se le pide al otro.

**LA RESPONSABILIDAD:** es fundamento de una relación positiva si cada uno cumple sus deberes, si se siente el gusto por el bien hecho.

**LA CONSTANCIA** en el esfuerzo entendiendo las propias dificultades y la de los demás, ya que, aún contando con buena voluntad, se necesita el apoyo para superar actitudes de comodidad, pereza, egoísmo...

**LA SOLIDARIDAD** cooperando en todas las tareas de casa y no haciendo el "pachá", evitando gastos inútiles, conociendo y haciendo conocer la situación de pobreza, injusticia, sufrimiento y dolor de muchas personas y echar una mano.

**EL RESPETO DE SI MISMO** no cediendo a los caprichos, y a la comodidad de los demás, no haciendo lo que no quieres o no debes hacer, expresando el daño que te hace que alguien quiera aprovecharse de tí.

**LA SEGURIDAD Y LA FIRMEZA:** valorando lo bien hecho, respetando la libertad, no descalificando globalmente al otro, dando tiempo para hacer las cosas.

**LA SALUD INTEGRAL:** evitando los excesos: comida, bebida...; practicar el deporte etc....

**LA FE:** para los creyentes vivida como relación de amor a Dios y al hombre: celebrando, dando gracias, perdonando, pidiendo ayuda, iglesia doméstica...; desarrollando el sentido trascendental de la persona...



Agricultura Española  
y Mercado Común Europeo

¿Qué va a pasar?

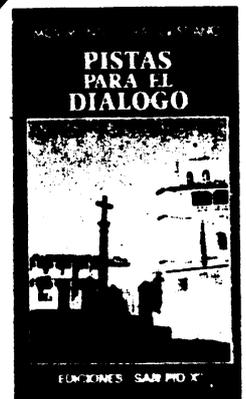


MOVIMIENTO RURAL CRISTIANO

Libro de gran actualidad. Sus autores prestigiosos especialistas del tema; al precio de 500 pts

Pedidos a esta dirección

M.R. C. c/ Italia 8, 4º B HARO (La Rioja)



Este libro recoge las 51 primeras hojas publicadas. Precio 950 pts.