

PREVENCIÓN = SALUD

Boletín para madres y padres

La prevención en casa la mejor ayuda

Unidad Asistencial de Drogodependencias de Monforte



Los padres queremos que nuestros hijos se comporten correctamente y que lleguen a ser buenas personas. Por ello es necesario que desde pequeños les inculquemos valores positivos a los hijos.

Todos estos valores primordiales que hemos mencionado son aquellos que la familia, la sociedad y la persona como individuo, consideran como correcto y ético.

Enseñar valores a los hijos (2)

Los valores son aquellos parámetros de conducta y actitudes que toda persona debe tener para convivir en sociedad. Es aquello que la familia, la sociedad y la persona como individuo, consideran como correcto y ético.



Si queréis poneros en contacto con nosotros, estamos en:

UNIDAD ASISTENCIAL DE DROGODEPENDENCIAS
EQUIPO DE PREVENCIÓN
C/Otero Pedrayo s/n
Monforte de Lemos (Lugo)

Tlf. 982 400495 - Fax - 982 405172

uadmonforte@yahoo.es

Horario: De 8 horas a 15 horas

Empatía	☺ ♦ ♦ ♦ ✕ ♪ ♪ ☽	Colaboración
Autocontrol	Conciencia	Respeto
Responsabilidad	Modales	Civismo
No violencia	Bondad	<i>Sinceridad</i>
Consideración	Tolerancia	

VALORES PRIMORDIALES

EMPATÍA

Los niños deben entender sus propios sentimientos y saber que los demás también tienen sentimientos, necesidades o preocupaciones igual que él. Para inculcarles este valor lo primero que hay que hacer es escucharle de verdad, sin menospreciar sus sentimientos. Muchas veces cuando los niños se ven comprendidos por sus padres se sienten mucho mejor.



Consideración

Es preocuparse primero por otros antes de mirar por nosotros mismos. Los niños pequeños, menores de 3 años, no saben que sus actos pueden molestar a los demás (no tienen la madurez para ello), pero poco a poco hay que ir explicándoselos, por ej. hacer ruido por la noche puede molestar a los vecinos, se debe estar callado cuando los demás hablan, no hay que tirar cosas al suelo, hay que ser amable...



Modales

Los niños tienen que ir aprendiendo los buenos modales poco a poco y una vez más hay que predicar con el ejemplo, si le pedimos las cosas a nuestro hijo con un "por favor" y luego le damos las "gracias" como algo normal y habitual, él también acabará haciéndolo. Es importante ir inculcando normas básicas de conducta como por ejemplo saludar, comer correctamente, decir "buenos días" o no interrumpir las conversaciones.

Sinceridad

Es la base de la confianza. Debemos enseñar a los hijos que no hay que mentir pues haciéndolo se contrae consecuencias desagradables como la falta de confianza, enemistad y enfados.

Responsabilidad

Hay que dejar que los niños vayan asumiendo responsabilidades, en la medida de sus posibilidades, aún sabiendo que cometerán errores y equivocaciones, hay que confiar en la capacidad del niño.

Respeto

Es tratar a los demás como nos gustaría que ellos nos trataran a nosotros. La educación en el respeto empieza en casa, cuando la manera de dirigirnos entre nosotros es correcta, cuando mantenemos una actitud cordial y respetuosa con los hijos, estamos inculcando este importante valor en ellos.



Civismo

Tener este valor significa que eres capaz de mirar a tu alrededor y acudir en ayuda de quien lo necesita, de quien está en apuros. Y es una virtud que denota seguridad y confianza en uno mismo, así como integridad moral.



Es el valor que nos ayuda a escuchar antes de juzgar, a compartir, a respetar las normas. Si queremos que nuestros hijos sean justos debemos tratarlos de igual forma, evitando favoritismos entre hermanos, estableciendo normas justas, prestando atención al niño, admitiendo los errores, no juzgando de antemano, evitando las comparaciones...



AUTOCONTROL

Si tu hijo es de los que pierden el control y acaban con gritos, palabrotas y patadas, es bueno enseñarle a respirar profundamente y contar hasta diez para relajarse. Poco a poco irá aprendiendo que una vez que se actúa ya no hay marcha atrás y se que entonces se debe asumir el resultado de los actos. Los niños necesitan practicar en la toma de decisiones, así que ayuda a tu hijo a examinar detenidamente las posibles consecuencias y guíale para que tome decisiones seguras y correctas, de esta manera, con el tiempo aprenderá a actuar como es debido y sin tu ayuda.

NO VIOLENCIA

La agresividad es innata en todo ser humano y es buena en su justa medida, es decir, es lo que nos hace defender nuestros propios intereses y defendernos haciéndonos valer, pero cuando la integridad o la vulnerabilidad del prójimo está en peligro entonces hablamos de una agresividad negativa que hay que evitar. Debemos pues enseñar a los hijos a controlar la agresividad. Para enseñar valores pacíficos a los niños lo primero que hay que hacer es no pegarles (los niños actúan y aprenden los valores que ven en el seno familiar), controlar su entorno (televisión, videojuegos, Internet, amistades...) para evitar las imágenes o situaciones cargadas de violencia. Se debe frenar en seco los comportamientos violentos y explicar, en un lenguaje sencillo, la situación y su consecuencia.

Tolerancia

Hay que ayudar a nuestros hijos a descubrir las cualidades positivas de las personas y enseñarles desde pequeños, que ninguna persona es mejor que otra. Dialogando, explicando y mostrando abiertamente diferencias y similitudes hará que nuestros hijos se sientan más seguros y sean tolerantes.



COLABORACIÓN

Todos los niños pequeños pasan la etapa de querer ayudar en casa y aunque su ayuda resulte el doble de trabajo para nosotros, es importante permitirles que nos brinden su ayuda. De hecho deben tener la obligación de realizar tareas en casa (adaptadas a cada edad), aunque sean pocas y sencillas. Así aprenderán a colaborar, a realizar trabajos en equipo y a valorar los esfuerzos. Si les damos la oportunidad, aunque al principio se necesite una gran dosis de paciencia, en un futuro veremos la recompensa. No olvides elogiar el esfuerzo y la colaboración de tu hijo.

