

Educar para la paz

Si queremos un cambio hacia una sociedad más tolerante, comprensiva, generosa y pacífica debemos potenciar estas actitudes y valores desde la familia.

Vivimos una época de gran violencia. La noticia de una nueva guerra hace olvidar@ la anterior, todavía no resulta. Las imágenes agresivas se suceden de forma vertiginosa en cualquier canal de televisión y a cualquier hora. Este fenómeno no es nuevo, pero en vísperas del siglo XXI está adquiriendo especial virulencia.

No podemos quedarnos impasibles pensando que nada podemos hacer, que es responsabilidad de esta sociedad, de los políticos o incluso de la esencia del ser humano, el que vivamos en un ambiente cada vez más hostil.

Paz positiva

Vamos a utilizar un concepto más amplio de *paz* que el entendido como ausencia de guerra. Lo llamamos *paz positiva* y se define como la antítesis de la violencia.

Tipos de violencia:

- **Física:** Imposición por la fuerza física, daños físicos.
- **Psíquica:** Actos o conductas que producen desvalorización y sufrimiento (amenazas, humillaciones, etc.).
- **Sexual:** Imposición de una relación sexual contra la voluntad.
- **Estructural:** Propia de las estructuras sociales, es decir, derivada de la injusticia social.

Paz, por tanto, es también justicia e igualdad de derechos para todos. Es el resultado de compartir una misma conciencia moral.

Es una paz que habla del derecho a ser distinto sin ser perseguido, una paz que apoya al más débil y fomenta la cooperación. Es un concepto dinámico puesto que siempre existe la posibilidad de una sociedad más humana y más justa.

Qué conduce a la violencia.

Cuando analizamos la violencia cotidiana nos planteamos interrogantes del tipo:)Es innata la agresividad en el ser humano?)El hombre violento nace así?)Qué factores son determinantes?

En el desarrollo de la violencia el factor educativo tiene un papel predominante. La persona, desde su nacimiento, va formando su personalidad e interiorizando estrategias para enfrentarse a la realidad y a sus dificultades. El niño aprenderá a relacionarse viendo y viviendo cómo lo hacen los adultos. Adquirirá sus valores y sus actitudes. Aprenderá a resolver los conflictos observando cómo los mayores los resuelven.

La agresividad es una respuesta adaptativa del ser humano que le permite afrontar las amenazas

externas. Nos ayuda a salir de situaciones peligrosas. A proteger nuestra integridad. Lo cual no significa que el ser humano tenga que ser violento por naturaleza. La persona tiene que saber diferenciar una situación crítica en la que está en juego su supervivencia, del resto de situaciones cotidianas que aun siendo conflictivas, no son extremas y en las cuales nunca está justificado el uso de la violencia.

Desde su más tierna infancia el niño manifiesta su desagrado ante la carencia y la frustración. En un primer momento serán manifestaciones de una mínima agresividad (rabieta, gritos, etc.); hasta los 2-3 años no empieza a mostrar su negativismo de forma más contundente (morder, tirar del pelo, dar patadas, etcétera.) Estas reacciones irán desapareciendo y hacia los 4 años el niño expresará su agresividad de forma verbal. En la mayoría de los casos las conductas agresivas desaparecen adquiriendo alternativas más positivas en la elaboración de su frustración. Aquí nuestro papel es fundamental.

Educar ante los conflictos.

En nuestra vida cotidiana los conflictos no son ni buenos ni malos; son inevitables. En la convivencia y en las relaciones humanas se producen intereses. Tendencias y valores encontrados. El problema no surge porque se produzcan conflictos, sino por la forma de afrontarlos. Al educar a nuestros hijos por la paz debemos hacer especial hincapié en enseñarles a resolver los conflictos de forma positiva y sin el uso de la violencia.

Generalmente es entre hermanos donde se producen el mayor número de conflictos, muchos de los cuales originan peleas.

Los motivos de las peleas son variados aunque fundamentalmente responden a dos razones de fondo:

- Llamar nuestra atención.
- Medir su poder con los hermanos o con nosotros.

Nuestras actitudes hacia los conflictos:

- No caer en buscar culpables: Quién empezó es un interrogante sin solución que puede remontarnos al día en que nacieron.
- Puntuar la comunicación: Poner un punto a la discusión. Cambiar el Quién empezó por Cómo se sienten.
- Ayudarles a resolver su conflicto con el diálogo.
- Cuando los ánimos están muy cargados es preferible esperar un tiempo a que la tormenta amaine antes de empezar a dialogar.
- Nosotros somos su modelo; la forma de resolver nuestros conflictos será la transmisión más clara de lo que esperamos de ellos.

* Es importante que les dejemos expresar su frustración y que den salida a sus sentimientos negativos, los cuales son inevitables ante una contrariedad; negar la negatividad puede llevarles a reprimir su malestar y sacarlo agresivamente en otras situaciones.

Educar para la paz en la familia.

Es un ámbito de la familia donde el niño formará su identidad moral acerca de lo que está bien o mal.

Factores fundamentales:

- **Crear un ambiente de afecto.** No basta con querer a los niños, es importante que se lo demostremos. Las muestras de amor son un antídoto contra la violencia. Las actitudes positivas deben poderlas ver también entre la pareja. Una familia en la que los padres discuten continuamente y no hay gestos de amor mutuo favorece el que los hijos reproduzcan estas mismas conductas negativas entre ellos y cuando sean adultos con sus parejas.
- **Educarles en la confianza.** Que sean capaces de transmitirnos sus sentimientos, tanto los negativos como los positivos.
- **Enseñarles a compartir.** Aprender a dar y recibir, a ser generosos y a tener en cuenta las necesidades de los demás, haciéndoles sensibles a las desigualdades y hacia los más necesitados.
- **Valorar a cada uno por lo que es.** Evitar la competitividad entre los hermanos y las reiteradas comparaciones. Todos somos iguales y distintos a la vez. Enseñarles a respetar las diferencias de cada uno evitará el que midan su poder porque ninguno tendrá que ostentarlo.
- **Enseñarles a perder.** Crecer es ir dejando y perdiendo cosas y adquiriendo otras. No podemos quedarnos siempre en el dolor de la pérdida, nos impedirá disfrutar lo que tenemos.
- **Dedicarles tiempo.** Las conductas agresivas de los niños (pegarse, romper cosas, etc.), muchas veces son llamadas de atención hacia los adultos para que les dediquen tiempo. El juego con los niños y los mayores resulta un momento privilegiado para enseñarles valores y reforzar nuestro vínculo con ellos.
- **Límites sin autoritarismo.** Cuanto más rígidos y estrictos seamos con nuestros hijos, más hostil será el ambiente. Debemos ser firmes pero afectivos. Los castigos físicos deterioran el vínculo con nuestro hijo y fomentan su violencia.
- **Desarrollar su autoestima.** Está comprobado que la baja autoestima y los sentimientos de inseguridad pueden llevar a la persona a mostrarse agresiva con los demás, como forma de defenderse ante el temor de relacionarse. Agreden por temor a que les agredan.
- **Enseñarles a ver televisión.** Es alarmante la violencia que ven de forma continua los niños en televisión. La televisión no puede ser un sustituto de nuestra atención. Todo lo que supuestamente es para pequeños no significa que sea positivo. Ver los programas con ellos puede ser una forma positiva de ayudarles a que tengan un sentido crítico.
- **Aceptar sus elecciones.** Si queremos educarles en la tolerancia debemos ser consecuentes con ello y aceptar, en aquellas decisiones que no repercutan directamente en sus necesidades, que puedan hacer sus propias elecciones: tipo de ropa, música, etcétera.
- **Potenciar actividades grupales.** Ya no sólo potenciar que jueguen y cooperen junto con sus hermanos, sino también con otros grupos: equipos de deporte, grupos de naturaleza, etc.
- **Tener una actitud pacifista.** De nada sirve intentar tener un clima de paz familiar si nuestras actitudes, opiniones y valoraciones sociales son contradictorias. Lo que es bueno para nuestra familia tiene que serlo para nuestro entorno. La participación de los padres en acciones sociales en apoyo a la lucha contra el racismo, contra el terrorismo o contra cualquier injusticia social, hacen que el niño entienda que el mundo está también fuera de su casa y que debemos cuidarlo.

Claves para educar para la paz

- Demostrarles nuestro amor.
- Dedicarles tiempo.
- Aceptarles por lo que son.
- Ayudarles a superar las frustraciones.
- Fomentar actividades grupales.
- Darles ejemplo de tolerancia y solidaridad.