

# familias educadoras

nº  
46

Llevamos algunas semanas en este nuevo curso, con nuevas ilusiones, nuevos objetivos y energías renovadas para la tarea de educar.

Un año más Familias Educadoras quiere acompañaros aportando su granito de arena, intentando que la educación de los hijos sea una tarea acompañada... que todos podamos contribuir a que nuestros niños, niñas, adolescentes y jóvenes sean más felices y estén preparados para la vida.

En este número hemos querido presentar una habilidad necesaria para educar en el respeto y la tolerancia. La empatía es la capacidad que tenemos las personas de "ponernos en los zapatos del otro" comprendiéndole y aceptándole.

También os informamos sobre el año del Bicentenario y las palabras del Rector Mayor, así como una reflexión del Papa Francisco.

Esperamos que disfrutéis de la lectura.

Noelia Soriano

## En este número

- **Educar la empatía**  
...es educar en el respeto
- **Recortables**  
Un mensaje, una viñeta, curiosidades...
- **Don Bosco en familia**  
Rezar el uno por el otro



[familiaseducadoras@salesianos.edu](mailto:familiaseducadoras@salesianos.edu)



Por razones de índole gramatical, y a fin de facilitar la lectura, cuando se utilice en el texto el género masculino, será para referirse tanto a hombres como a mujeres, tal y como rige el idioma castellano.

# Desarrollo y Educación

## Educar la empatía es educar en el respeto

**Todas las personas necesitamos sentir que se nos entiende.** Los padres y madres constantemente comunican a sus hijos que pueden ponerse en su lugar y comprenderles.

Cuando somos capaces de acercarnos a otra persona, de conectar con sus sentimientos y de escuchar lo que le sucede, estamos siendo garantes de la empatía.



Algunos consideran que **la empatía** es un valor, otros una habilidad, pero lo que sí podemos decir es que **es un componente fundamental de la inteligencia emocional y de la inteligencia social.** Eso nos lleva a afirmar que se puede trabajar para mejorarla y así favorecer la adaptación de los más jóvenes.

**Niños y niñas con mayor empatía, son personas más sensibles y tolerantes.** El desarrollo de esta habilidad hace que nos encontremos con menos conflictos, que su resolución sea más factible y se evitan conductas de acoso escolar.

La tolerancia se practica mediante la aceptación de las personas que son diferentes a nosotros; se ejercita cuando aceptamos que esa diferencia nos enriquece porque conocemos a personas distintas, y es beneficiosa cuando nos damos cuenta que comprender a otros nos hace ser personas significativas para ellos.

Desde el mundo mediático se nos muestra que nuestro entorno social puede ser tremendamente competitivo y egoísta, consumista de lo material y de crítica constante. Esto contrasta con los requisitos que se piden desde un entorno laboral, donde además de una buena formación, se pone al mismo nivel la capacidad de trabajo en equipo y liderazgo.



Fortalecer su tolerancia, reforzando y enseñándoles actitudes empáticas, es ofrecerles un futuro mejor porque tendrán más recursos para desenvolverse en la vida.

La empatía se educa, y un ejemplo claro es cuando vemos que nuestro hijo ha hecho algo mal que ha causado daño a alguien, le preguntamos:

*«¿cómo crees que se ha sentido el otro niño? ¿Cómo te habrías sentido tú si alguien te hiciera lo que tú has hecho?»*

Dentro de los espacios de convivencia en los que un niño puede desenvolverse, las normas sociales nos ayudan a explicarles que la otra persona importa, que hay que respetarla y comprenderla.

**Como adultos debemos fomentar esas habilidades** y hay que hacerlo de una manera consciente: *«Si yo quiero que me tengan en cuenta, debo tener en cuenta a los demás. Si yo quiero que me traten con respeto, debo ser yo el que respete desde el principio. Si yo quiero que los demás se pongan en mi lugar y me comprendan, seré yo el primero en demostrar esas actitudes».*

Uno de los problemas más frecuentes que me encuentro en la escuela es que niños y niñas más mayores se comportan como verdaderos "tiranos" en casa. Esto es un indicador preocupante, pero cuando estas actitudes se extienden a "bromear" en clase de los defectos y errores de los demás o a "llamar la atención" constantemente de una manera inadecuada, la situación preocupa pues se extiende a los diferentes ámbitos sociales de relación.

**Una educación permisiva, comprensiva hasta el punto en el que el niño "hace lo que desea" no educa en la tolerancia, no desarrolla estrategias de empatía.** Cuando un niño no acepta un "no" en casa y terminamos dándole aquello que pide porque sino "será peor", **estamos sembrando actitudes egoístas que le apartan de la adaptación social.**

**Hablar de niños que escuchan, que comprenden una situación social y responden adecuadamente a ella,** niños sensibles... no es hablar de "aspectos abstractos", es hablar de chicos que respetan y no buscan la violencia como primera opción: **es hablar de niños y niñas integrados que son aceptados por los demás; es hablar de jóvenes autónomos que no dependen emocionalmente de los adultos para funcionar en su día a día.**

## ¿Qué podemos hacer para educar la empatía?

### 1. En primer lugar ser modelos de referencia.

Las actitudes se educan en un alto porcentaje con el ejemplo. Cuando hablemos con los demás delante de nuestros hijos hay que escuchar con la mente abierta y sin prejuicios. Evitar criticar a otras personas, y menos delante de ellos.

**2. Aprovechar situaciones que sean oportunas** para que interprete cómo se siente la otra persona y muestre interés por ella.

**3.** Cuando esté hablando con nosotros o con otros, **debe mirar a la otra persona y escuchar.** Si deja de escuchar y "salta" con otro tema porque pierde el interés, es necesario reconducir la conversación y en ese momento explicarle que: *«si habla de otra cosa cuando le están hablando, la otra persona se enfadará porque se siente mal».*

**4. Educar las emociones y sentimientos.** Ver con ellos películas o cuentos, y hablar no solo de la historia sino de cómo se siente el personaje, describir lo que ha pasado desde un plano emocional (por ejemplo: si estamos leyendo un cuento en el que dos niños se han peleado, hay que explicarle que están enfadados, pero luego se sentirán tristes porque ellos quieren ser amigos... «¿qué pueden hacer?»).

**5. Darles palabras para aceptar las diferencias.** El lenguaje es fundamental y es lo que ayudará a construir la actitud. Cuando un niño dice que otro le molesta porque un compañero de clase todo el rato está llorando, nosotros tenemos que ofrecerles un discurso que le ayude: "Pedro llora mucho y no sabes por qué, él puede que esté triste o quiera ir con su mamá. Seguro que le ayuda mucho que tú le entiendas y le pidas que juegue contigo... ¿podrías hacerlo?"





## RECORTABLES

«Las tres cuartas partes de las miserias y malos entendidos en el mundo terminarían si las personas se pusieran en los zapatos de sus adversarios y entendieran su punto de vista»

Mahatma Gandhi

Una viñeta



### BICENTENARIO DEL NACIMIENTO DE DON BOSCO



El pasado 16 de agosto, Don Ángel Fernández, Rector Mayor de los Salesianos, pronunció el discurso de apertura del año bicentenario del nacimiento de Don Bosco.

Agradeciendo la implicación de todas las personas que hacen posible que el proyecto de Don Bosco esté vivo a día de hoy, nos recuerda a la Familia Salesiana que tenemos que estar con los jóvenes y entre los más pobres, que son aquellos que más nos necesitan.

El próximo 16 de agosto de 2015 se cumplirán 200 años, para ello toda la congregación nos hemos estado preparando y es momento de celebrarlo. Don Ángel nos recuerda que esta celebración es una oportunidad para vivir con renovada convicción y fuerza de la misión encomendada, siempre por el bien de los niños, niñas, adolescentes y jóvenes de todo el mundo.

## Don Bosco en familia

### «Rezar el uno por el otro»

Todas las familias tenemos necesidad de Dios: todos, todos. Necesidad de su ayuda, de su fuerza, de su bendición, de su misericordia, de su perdón. Y se requiere sencillez. Para rezar en familia se necesita sencillez. Rezar juntos el "Padrenuestro", alrededor de la mesa, no es algo extraordinario: es fácil.



(...) Y rezar el uno por el otro: el marido por la esposa, la esposa por el marido, los dos por los hijos, los hijos por los padres, por los abuelos... Rezar el uno por el otro. Esto es rezar en familia, y esto hace fuerte a una familia: la oración.

**Papa Francisco**

*Homilía, 27 de octubre de 2013*