



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 11 – OCTUBRE DE 2008

## “EDUCARSE PARA EDUCAR”

AUTORIA <b>OLIVIA JIMÉNEZ MATEOS</b>
TEMÁTICA <b>EDUCACIÓN EN VALORES</b>
ETAPA <b>EI, EP y ESO.</b>

### Resumen

*“Bienaventurado el que comienza por educarse antes de dedicarse a perfeccionar a los demás”*  
(Anónimo)

### Palabras clave

Valor educativo.  
Autodisciplina.

### 1.- EDUCARSE PARA EDUCAR, ¿POR QUÉ?

*“Educarse para educar, ¿por qué?”* Porque los primeros pasos en la construcción de sí mismo de todo ser humano son pura imitación del modelo adulto que le proporciona amor, seguridad y ejemplo vivo a seguir. El inmaduro no tiene experiencia propia de la que echar mano para guiarse en la vida. No sabe lo que es bueno o malo, lo que le conviene o perjudica. Por eso debemos entender **educar** como la actividad que consiste en proporcionar todos los ejemplos necesarios para que el niño y el adolescente aprendan a potenciar y despertar lo mejor de sí mismo. **Educación** es la acción que realiza libremente cada individuo, desde dentro hacia fuera, para sacar lo mejor de sí mismo.

No hay verdadera educación si el inmaduro no se dedica con ilusión y, por supuesto con libertad, a despertar, desarrollar y encauzar al máximo todas sus potencialidades. Por este motivo suele decirse y con razón que la verdadera educación es la que cada persona lleva a cabo consigo misma.

Nuestra primera responsabilidad como educador (padre/docente) ha de consistir en esforzarnos por **ser**, por **construirnos**, por **madurar** y perfeccionarnos. Bueno es que recordemos las palabras del comediógrafo Menandro: *“Las costumbres del que nos habla, nos persuaden más que sus razones”*. No debemos descuidar nuestra formación. **Nadie da lo que no tiene**. Si unos padres no saben vivir y llevan una vida desgraciada, ¿cómo van a enseñar a sus hijos habilidades para saber vivir? Hay requisitos incuestionables: la madurez, el equilibrio y la coherencia de las acciones y actitudes de los padres.



ISSN 1988-6047    DEP. LEGAL: GR 2922/2007    Nº 11 – OCTUBRE DE 2008

Pongamos un caso concreto. Un niño de ocho años golpea a su hermano, y al padre, para amonestarle, no se le ocurre mejor terapia que propinarle un par de bofetadas mientras que le dice: “A ver si esto te enseña a no pegar más a tu hermano”. ¿Qué lección aprenderá su hijo? La única que recibe es la de un padre que se muestra más violento que él. ¿Hay algo más absurdo e incoherente que corregir una conducta de la que uno es vivo y claro ejemplo? El niño no aprenderá lo que se le dice, sino el comportamiento de quien se lo dice.

Un apartado imprescindible en el que nos debemos educar para servir de modelos a nuestros alumnos/hijos es el siguiente:

- Saber vivir para enseñar a vivir.

## 2.-SABER VIVIR PARA ENSEÑAR A VIVIR

Todo cuanto hacemos a lo largo de nuestra vida debería contribuir a enseñarnos a vivir y a ser felices en lo posible.

¿Cómo es y cómo se comporta la persona que sabe vivir y en consecuencia disfruta de muchos momentos gozosos en su vida?:

1. **Se siente como un ser único, distinto e irreplicable** y aunque las circunstancias que le han tocado vivir no sean favorables, nada ni nadie le impide vivir su vida como la más apasionante aventura.
2. **Tiene su proyecto de vida, sabe adónde dirigir sus esfuerzos.** Hay un porqué, un fin que da sentido a su existencia, un compromiso con los demás.
3. **Es persona responsable de sus actos, dueña de su propia vida y de sí misma,** autodisciplina, educada para subsistir y resistir cuando llegan las dificultades.
4. **Hace del perdón y de la comprensión sus mejores aliados** para librarse de los miedos y de los sentimientos de odio, rencor y venganza.
5. **Ha aprendido a librarse del tremendo obstáculo que supone para ser feliz el estar pendiente de qué dirán.** Ya no busca incansablemente la aprobación de los demás, ni condiciona su felicidad a ser el mejor en todo.
6. **No se desespera tratando que los demás, las cosas y el mundo se amolden a sus deseos y caprichos.** Sabe muy bien que la ira, el odio y la venganza son reacciones aprendidas ante la frustración que produce esa actitud irracional. Por lo tanto la persona que sabe vivir no tarda en dulcificar su carácter.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 11 – OCTUBRE DE 2008

7. Quién sabe vivir **pone amor donde no hay amor.**
8. **Descubre que la aceptación serena y gozosa de la realidad** de las cosas es la antesala de la sabiduría. Por eso acepta de buen grado la vida que le ha tocado vivir, la vive y la disfruta y no sufre inútilmente por lo que podría haber sido y no es.

### 3.- ¿DEBEMOS EDUCARNOS EN VALORES?

**¿Para qué enseñar valores? ¿Para qué educar?** Son dos preguntas que pueden fundirse en una, ya que al educar contagiamos valores, y viceversa. La educación tiende a conseguir el grado máximo de humanidad en cada individuo, sacando a flote sus posibilidades. Lo hace inculcando unos modos de comportamiento, que es lo mismo que decir, cultivando unos valores. De ahí la necesidad de educarnos en valores.

Pero, **¿qué valores se deben enseñar?** Desde luego hay que huir de los valores negativos y señalarlos como contravalores siempre que surja la ocasión. No hay que olvidar que la formación humana integral, el desarrollo de la personalidad y la preparación para el ejercicio de vivir responsable y libre es el fin de la educación; por tanto todos los valores que ayuden a este fin se deben cultivar.

Si hemos dicho que interactuamos contagiándonos unos a otros sin ser conscientes de ello, y que los niños son sumamente permeables a este contagio por encontrarse en la época de mayor plasticidad de su vida, en la que absorben como esponjas todos los estímulos que el medio les brinda, es indudable que, a la pregunta de **cuándo se deben enseñar los valores**, habrá que responder: siempre.

De la misma manera que los valores se han de enseñar siempre, la educación en valores se ha de producir en todo lugar. La sociedad es el ámbito donde se realiza el intercambio de valores con los cuáles vamos construyendo nuestra vida.

A continuación vamos a referir algunos valores necesarios para vivir, para la propia autorrealización del individuo y de la sociedad en la que se integra: **la comunicación, el respeto, la responsabilidad, la alegría de vivir, el esfuerzo.**

#### 3.1.- La comunicación

##### ***Comuníquese Bien y Frecuentemente***

La comunicación es un valor imprescindible. Somos animales sociales, vivimos en permanente relación con nuestros semejantes y saber escuchar y dialogar es fundamental.

Comunicarnos bien es un arte que vale la pena aprender. Nos permite acortar distancias, eliminar barreras y tener éxito en nuestras relaciones personales. Cada día tenemos menos tiempo



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 11 – OCTUBRE DE 2008

para compartir y dialogar con nuestros hijos. Frecuentemente, cuando se nos pregunta sobre la comunicación que existe con nuestros hijos, no tenemos problema en decir: "yo hablo mucho con ellos". Pero, si analizamos un poco más, descubrimos que la comunicación se limita a ser instruccional "no hagas esto o aquello", "limpia tu cuarto!", "haz tus tareas".

Escuchar es el componente más importante de una buena conversación, y tal vez, el más difícil. Muy a menudo, cuando decimos que estamos escuchando, damos al mismo tiempo señales que nos contradicen, "si hijo, te estoy escuchando", cuando en realidad estamos concentrados en un programa de televisión; o cuando les interrumpimos a cada rato, volviendo en un regaño lo que había empezado como un intercambio.

En las conversaciones, la comunicación verbal (lo que se habla) es tan importante como la no-verbal (como se actúa). Para poder comprender lo que están tratando de comunicarnos, es necesario observar detalladamente todos los mensajes que nos envían, tanto con sus expresiones corporales como con sus palabras. También es importante enriquecer nuestras señales corporales; miradas, gestos, caricias, apretones de manos, roces o sonrisas. Estas acciones son un lenguaje que favorece la comunicación.

Durante el transcurso de una conversación, muchas veces, el desacuerdo con lo que estamos oyendo puede terminar con el diálogo. Es importante que aprendamos a controlar el enojo, y de ser necesario, tomarnos un tiempo prudente para calmarnos antes de continuar. A veces, cuando nos sentimos irritados herimos a quienes más queremos. Cuando se sienta enojado trate de recordar la palabra CONTROL:

**Cambie** su actitud, comience por moderar el tono de su voz.

**Observe** los motivos que causaron el sentimiento de enojo.

**No** diga palabras vacías que lastimen y confundan.

**Tome** tiempo para calmarse antes de continuar hablando (cuente hasta diez, respire profundo, salga de la habitación, vaya a caminar).

**Resuelva** el problema de la mejor manera. Una vez calmado examine lo sucedido y decida cómo manejarlo apropiadamente.

**Lastimar** mientras se está enojado, no es una excusa.

### 3.2.- El respeto

#### *Las diferencias enriquecen siempre*

Respeto es un valor que identificamos con cortesía, consideración y atención. Respetar es observar, pero no de cualquier manera y de pasada, sino un mirar con atención. El respeto se



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 11 – OCTUBRE DE 2008

manifiesta hacia alguien y hacia algo, siendo este alguien nosotros mismos y los demás, y este algo nuestro mundo circundante.

El respeto es un valor que hoy deja mucho que desear, escasea el respeto a sí mismo, porque el ser humano se olvida con demasiada frecuencia de cuidarse, protegerse, de hacerse el bien. El respeto a los demás está en baja, al igual que el respeto a las cosas.

El respeto hacia nosotros mismos implica el vernos como personas, adentrarnos en nosotros mismos para analizar nuestras cualidades y nuestras actitudes, nuestros deseos y necesidades, así como las dificultades que se nos presentan y las formas en que podemos salvarlos.

El respeto hacia los demás implica verlos también como personas, seres que, de la misma manera que nosotros tienen sus proyectos, posibilidades, y limitaciones; posibilidades que quieren incrementar y dificultades que desean salvar.

El respeto a nuestro mundo circundante supone mirar todo lo que no son personas como medios útiles que están a nuestro servicio para conseguir fines y que, por lo tanto, deben ser cuidados, organizados y usados de la mejor manera para lo que fueron concebidos.

### **3.3.- La responsabilidad**

#### ***El hombre no puede saltar fuera de su sombra***

Es el valor que hace posible que nos hagamos cargo de nosotros mismos y de nuestros actos. Somos responsables porque respondemos de lo que hacemos. Nos sentimos actores, dueños de lo que hacemos. Toda la educación de un ser humano va orientada a que sea capaz de ser responsables de sus actos.

La responsabilidad es un valor de siempre, un valor universal, no tiene época, porque sin responsabilidad no hay persona humana a la que atribuir la bondad o maldad de sus actos. Nuestros jóvenes deben aprender cuanto antes que los padres y educadores podemos ayudar, orientar, motivar, pero al final es cada persona quien decide lo que quiere hacer con su vida y nadie más que ella es responsable de por dónde la orienta. Desde hace algunos años hemos olvidado educar para la responsabilidad, para el esfuerzo, para ser dueños de nosotros mismos.

### **3.4.- La alegría de vivir**

***Buscas la alegría en torno a ti y en el mundo. ¿No sabes que sólo nace en el fondo del corazón?***

El objetivo principal de nuestra existencia es precisamente gozarla, disfrutarla. No existe valor más importante que la propia existencia, que la vida. Por eso, alegría y vida deben asociarse en nuestra



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 11 – OCTUBRE DE 2008

mente. Los padres tenemos en nuestras manos dejarles a nuestros hijos la mejor de las herencias, que es el ejemplo de nuestra alegría. La capacidad para disfrutar de lo cotidiano. Saber que, en las peores circunstancias, nuestra actitud positiva y de esperanza nos permitirá siempre salir airoso y atenuar los efectos de cualquier mal.

Debemos aprender a cultivar la alegría interior que es la que verdaderamente nos capacita para la vida. El sentido del humor, la risa y la sonrisa forman parte de la alegría de vivir.

### 3.5.- El esfuerzo

El valor del esfuerzo es poner todas las ganas y el corazón en lo que realizamos, es lo que nos ayuda a llegar al final, venciendo las dificultades que se nos puedan presentar y manteniéndonos en el camino.

El esfuerzo es el aliento o la fuerza interior que nos permite llevar a buen término las cosas que emprendemos. Los que se esfuerzan tienen una alta motivación y un profundo sentido del compromiso que les impiden abandonar las tareas que comienzan, y los animan a trabajar hasta el final. Para esforzarse es una gran ayuda ser también disciplinados y decididos. El esfuerzo es una cualidad común a las personas de carácter sólido, que lejos de amilanarse frente a las dificultades o la adversidad, se engrandecen y redoblan sus esfuerzos, con gran determinación, para conseguir los objetivos que se han fijado. Si creemos en lo que hacemos y nos armamos de paciencia para sortear los obstáculos que se nos presentan en el camino, si no perdemos de vista nuestras metas y luchamos contra el cansancio o el desánimo, sentiremos una incomparable satisfacción cuando tengamos ante nosotros el fruto de nuestro esfuerzo.

## 4.- EDUCAR LOS SENTIMIENTOS

***No se puede poseer mayor gobierno, ni menor, que el de uno mismo.***

Aprender a educar los sentimientos sigue siendo hoy una de las grandes tareas pendientes. Muchas veces se olvida que los sentimientos son una poderosa realidad humana; y que –para bien o para mal – son habitualmente lo que con más fuerza nos impulsa o nos retrae en nuestro actuar.

—¿Y por qué crees que se ha descuidado tanto esa educación? Unas veces, por la confusa impresión de que los sentimientos son algo oscuro y misterioso, poco racional, y casi ajeno a nuestro control. Otras, porque se confunde sentimiento con sentimentalismo o sensiblería. Y siempre, porque la educación afectiva es una tarea difícil, que requiere mucho discernimiento y mucha constancia (aunque esto no debería sorprendernos, pues nada valioso ha sido fácil de alcanzar).

En cualquier caso, rehuir esa tarea significaría renunciar a mucho, pues los sentimientos aportan a la vida una gran parte de su riqueza.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 11 – OCTUBRE DE 2008

Todos contamos con la posibilidad de conducir en bastante grado nuestros sentimientos. Sin embargo, con frecuencia actuamos como si apenas pudieran educarse, y consideramos a las personas –o a nosotros mismos – como tímidas o extrovertidas, generosas o envidiosas, tristes o alegres, cariñosas o frías, optimistas o pesimistas, como si eso fuera algo que responde a una inexorable naturaleza casi imposible de modificar.

Educación de los sentimientos es algo importante, seguramente más que enseñar matemáticas o inglés, pero... ¿quién se ocupa de hacerlo? Si se desentienden la familia y la escuela, y luego uno mismo tampoco sabe bien cómo avanzar en ese camino, la formación del propio estilo emocional acabará en gran parte en manos de las circunstancias, la moda o el azar. Es la nuestra una época en la que la familia se ve sometida a una serie de problemas nuevos, sobre los que tenemos que reflexionar con calma.

## 5.- BIBLIOGRAFÍA

Briggs, D. (2003). *El niño feliz*. Barcelona: Ed. Gedisa.

Faber, A y Mazlish, E. (1999). *Cómo hablar para que sus hijos le escuchen y cómo escuchar para que sus hijos le hablen*. Barcelona: Ediciones Médici.

Marina, J.A. (1997) *El misterio de la voluntad perdida*. Barcelona. Anagrama.

Savater. F. (1999). *El valor de educar*. Barcelona: Ariel.

Segura, M. (2005). *Educación de las emociones y los sentimientos*. Madrid. Ed. Narcea. S. A.

Tapia, a. (1997). *Motivar para el aprendizaje. Teorías y estrategias*. Barcelona: Edebé

### Autoría

---

- Olivia Jiménez Mateos
- C.E.I.P. Abardela, Benaocaz, Cádiz
- E-MAIL: [olivimayo@yahoo.es](mailto:olivimayo@yahoo.es)