



ESCAM

Tu hijo necesita ser su propio amo.

No te distraigas Estudia

Hay gran riqueza de estímulos visuales, sonoros y emotivos de información y diversión, pueden ser un fenómeno negativo, principalmente para los más jóvenes.

En pleno período de formación mental y cultural, nuestros hijos se encuentran sumergidos en un mar de sonidos y ondas electromagnéticas. El estéreo, el teléfono los acompañan incluso en el bus o el auto. Manejan informaciones desordenadas, contradictorias y de corta vida, como pegatinas de tiempo electoral, fruto de la esquizofrenia del control remoto. Todo a una velocidad vertiginosa.

En este baile acelerado, también estamos los adultos. Si no reaccionamos a la brutal presión que ejerce la falta de tiempo sobre la familia; si no clavamos el freno a la atracción suicida de nuestra estresante vida, difícilmente nuestros hijos «salgan» profundos y reflexivos. Los adolescentes se sienten como resortes en compresión constante, sólo sienten el deseo de escapar por cualquier medio.

Tu hijo necesita ser su propio amo, y por lo tanto saber orientarse con cierta seguridad en el mundo. El frenesí de las distracciones lo marea, particularmente si es adolescente. No es raro ver muchachos que «estudian» con los auriculares a todo volumen, + el televisor con el programa que prefieren + (los que pueden) navegando, entre párrafos, en Internet...

La concentración es la capacidad de filtrar, focalizar y ordenar los estímulos que vienen de la realidad, para orientarse sin perderse, disfrutando todas las posibilidades ofrecidas para su propio crecimiento. Para concentrarse, hace falta un verdadero esfuerzo diario. La pausa, la reflexión, la concentración, no están a la venta.

Padres: nosotros somos ámbito para adquirirla. De la misma forma que, antes, les enseñamos a hablar, a

caminar, a acariciar y a besar; ahora debemos permitirles aprender a concentrarse. Y la cosa no empieza por decirles, con prepotencia, «Apagá esos aparatos y concéntrate en los libros»... Querrían hacerlo, pero no saben cómo.

Crear un ambiente; fabricar un ritmo de vida. Hay muchos factores.

1) Con los más chicos, puede ser útil el «cuanto menos, mejor». A veces tienen tareas diarias más largas que el Presidente de la República.

2) Biológicos: sano equilibrio entre sueño y vigilia, horario de las comidas y dieta nutritiva, sin influencias de propagandas...

3) Factores ambientales: como el ruido de fondo del barrio, la influencia de sus coetáneos, y el uso hogareño de los medios de comunicación...

El gran chivo expiatorio de la falta de concentración: es (no podía ser de otra forma) la TV. De acuerdo al uso que los niños aprenden a darle, se hacen pasivos y superficiales, o espectadores activos y culturalmente ricos.

Tienen varias formas para mirar TV: la tele-hipnosis con cualquier programa y quedan enganchados hasta el fin; la tele-llamada, cuando encienden el televisor, se van y a veces llame su atención; y la telemataburrimiento. La última es la tele-huida (maestra de desconcentración), universalmente conocida como zapping. Así usan la televisión inadecuadamente: no realizan ninguna opción ni deciden ninguna cosa.

Sobre «lo que se ve»: mucho está construido para capturar, a toda

costa, la atención de los muchachos. La sucesión vertiginosa y forzada de «acontecimientos» provocará ansias de vivir velozmente, haciendo que nuestros hijos sean impacientes e impulsivos.

Para que puedas concentrarte mejor.

Significa negociar, constructivamente, el uso del tiempo libre. Cueste lo que cueste, debemos «marcar» el uso de la TV. Ante programas febriles, violentos, superactivos, la escuela será un tiempo de aburrimiento insoportable. Un «tiempo compartido» del televisor, puede ser, sin embargo, un óptimo medio de concentración y de interés.

Lo mismo puede decirse de la computadora y los juegos electrónicos, cada vez más, son un verdadero código social entre los niños. No se trata de prohibirselos, sino de defi-

nir las reglas: tipo de juegos y límites de tiempo.

Los deberes escolares son una ocasión magnífica para acompañarlos en el difícil camino de la concentración. Podemos ayudarlos a aprender una forma de estudio y la mejor manera de resolver las dificultades de cada materia; apuntalarlos psicológicamente y prevenir posibles desánimos. El tiempo y el lugar adecuados favorecen la concentración. Estudiar a pocos metros de un televisor encendido es una tortura. También la música puede tener «su» tiempo, convirtiéndose en un elemento de cultura y de escucha gratificante.

No esperemos que se concentren si no los propiciamos interés por valores que, en la agitación y confusión en que nos movemos, se nos pasan inadvertidos.

Bruno Ferrero



Gratitud y generosidad casan bien

No conviene confundir GRATITUD con Generosidad.

Algunos piensan que siendo generosos ya han cumplido un acto de gratitud, como si dar y el agradecer fueran lo mismo. Se puede ser generosos sin agradecer nada. O para que te den. O para que te agradezcan. También por compromiso: para alejar de nosotros al importuno, (como el de Evangelio, a quien el vecino le dio dos panes para que lo dejara dormir tranquilo).



BSCAM



BSCAM

Se puede ser generoso para conservar el status social; para salir en la prensa o figurar en las revistas del corazón; para conseguir interesadamente con el tiempo lo mismo, o algún tanto por ciento más de lo que damos: generosidad interesada.

Sin embargo la palabra "gracias", pronunciada con sencillez y nobleza de corazón, nos reporta más beneficios, que los intercambios que podamos esperar por nuestros actos generosos. Éstos, a veces, ofenden y humillan más al que lo recibe, que ennoblecen al que los realiza.

Tomado del Boletín Salesiano de España