



ARTÍCULO PARA PADRES 19

Compartir la Navidad en familia estimula los valores en los niños

La solidaridad, el afecto y la identidad son características que se fomentan con esta celebración. La importancia de que los niños compartan la Navidad en familia no solo radica en el hecho de recibir regalos. Es una época en la que los pequeños esperan recibir demostraciones de cariño y afecto, y compartir momentos inolvidables con sus seres queridos.

La celebración navideña es una oportunidad para que los niños “afiancen su identidad, estima y valía. Y es una ocasión extraordinaria que tienen los adultos para demostrar no solo con objetos materiales, sino afectivos, qué tan importante es el pequeño para ellos”, dice Paulo Acero Rodríguez, psicólogo especialista en trauma y resiliencia e investigador de la Universidad Manuela Beltrán. Para fomentar este espíritu navideño en sus hijos, lo más importante es el acompañamiento, el ejemplo y el fomento de actividades lúdicas y religiosas. “Todas las culturas y las familias se establecen alrededor de rituales, los cuales generan identidad y pertenencia en el ser humano”, explica el investigador. Cuando un niño se involucra en la celebración, siente acercamiento y pertenencia hacia su grupo familiar.

Marcela Ariza, directora del Instituto de la Familia de la Universidad de la Sabana, enfatiza en que la alegría verdadera no requiere de grandes montajes, que pueden llevar a la saturación mental y al agotamiento físico. “Momentos tranquilos, en grata compañía, vividos con humor y optimismo, facilitan la expansión del espíritu, dan descanso al cuerpo y traen paz al corazón del ser humano”, afirma.

Importancia de los valores

Los pequeños que viven la Navidad en familia fomentan el valor de la solidaridad, la seguridad y la unión. Por ejemplo, un regalo debe servir para generar valores afectivos basados en dar y recibir y en compartir con otros niños. También se fomenta la capacidad de socialización.

“Un pequeño que tiene la oportunidad de tener afecto socializa mejor y es más seguro”, señala el psicólogo. Incluso, en esta época se despierta el sentimiento de solidaridad. Según Marcela Ariza, “es importante aprovechar las festividades para acompañar a pobres, huérfanos, ancianos y enfermos. Estos momentos jamás se olvidan y les permiten a los niños demostrar que puede hacer feliz a alguien, sin necesidad de gastar demasiado”. Por eso, si el niño vive las tradiciones de manera amorosa, bajo el ejemplo de sus padres, podrá transmitirles a sus hijos la importancia de vivir la Navidad en familia.

Para recobrar la tradición navideña

Existen episodios que se presentaron en la niñez que influyen para que una persona no disfrute de las festividades. Padres que ignoran las celebraciones, momentos de tristeza y problemas familiares son algunos de ellos. Aunque dejan secuelas emocionales, es posible regenerar estos rituales. El psicólogo Paulo Acero dice que cuando los adultos son apáticos, se pueden sensibilizar y dejar contagiar del optimismo que tienen los niños por esta época.

Por Karen Johana Sánchez