

La felicidad es interior, no exterior; por lo tanto, no depende de lo que tenemos, sino de lo que somos

Henry van Dyke

¿Nos decepcionan los hijos?

Desde el momento en que nacen los hijos son muchos los esfuerzos que hacemos para poder darles lo necesario para que triunfen y sean personas felices. Así, procuramos ofrecerles todo lo que creemos que contribuirá a tal propósito. Y eso está bien.

Lo que sí está mal es que los culpemos de la decepción que nos han causado al no lograr lo que esperamos después de "todo lo que hicimos por ellos". Nos sentimos defraudados porque no se esforzaron ni se destacaron en sus estudios, o porque no optaron por una profesión a la altura de sus capacidades, o porque no saben escoger buenas amistades, o porque aceptan que su pareja abuse de ellos o los irrespete, etcétera.

Lo que deberíamos cuestionarnos, antes de seguir tan inconformes, es si les dimos a los hijos lo que era verdaderamente necesario para que alcanzaran el éxito y la felicidad que anhelábamos para ellos. ¿Será que lo que les faltó para destacarse en sus estudios no fue esfuerzo sino confianza en sus capacidades debido a que nuestro acompañamiento en su escolaridad estuvo más centrado en señalar sus errores que sus aciertos?

¿Será que no supieron escoger sus amistades porque sienten que nos defraudaron al darse cuenta de que no son como nosotros esperamos y por eso se sienten a gusto con quienes ven como personas tan inadecuadas como ellos? ¿Será que aman a una persona que los irrespeta porque la frecuente hostilidad en nuestra relación conyugal los ha llevado a creer que maltratarse es parte de amarse? ¿O será que, más que decepcionados de los hijos, estamos decepcionados de nosotros como padres?

No son nuestros hijos sino nuestras expectativas respecto a ellos las que nos defraudan. Lo grave es que nuestras decepciones los perjudican mucho porque ellos no dudan de lo que creen sus padres y sí cuestionan su calidad como personas. Como dice Kahlil Gibran, podemos esforzarnos en ser como nuestros hijos pero no intentar ni esperar hacer de ellos lo que nosotros queremos.

Ángela Marulanda
Autora y Educadora Familiar

La vocación de los hijos y la felicidad

Patricia Diazgranados Maya

Psicoorientadora escolar

Asesora de familia

La crianza humanizada es el acompañamiento inteligente y afectuoso a los niños, niñas y adolescentes en la aventura de la vida para que construyan y reconstruyan permanentemente las metas de desarrollo humano integral y diverso, en aras de tejer resiliencia.

Este acompañamiento se dirige en la crianza a la construcción y reconstrucción de autoestima, autonomía, creatividad, felicidad, solidaridad y salud, proceso que es simultáneo, pero que implica que es necesario tener una buena autoestima y la autonomía y creatividad correspondientes para la edad para ser feliz.

Así mismo, es necesario ser feliz para ser solidario y así poder ejercer el proceso vital humano, que es la característica de un individuo con buena salud, que a su vez, es el que es resiliente, es decir, el que tiene capacidad para afrontar las adversidades, superarlas y salir fortalecido de ellas.

Felicidad

En relación con la felicidad se suele estar ante dos realidades:

- La felicidad debe ser la misión y responsabilidad de los seres humanos en el mundo, pero no hay deber que se descuide tanto como el deber de ser felices
- La felicidad para cada ser humano se busca y se alcanza de manera diferente, porque se es diferente en la peculiaridad y unicidad o sea en la forma de ser

La felicidad es un estilo de vida que se elige libremente

Esta característica de la felicidad permite a los padres entender que es algo inherente, propio, y que no se puede trasladar a otro ser humano. O sea que por más que se desee la felicidad para los hijos, si ellos no la construyen y reconstruyen libremente, no se les puede imponer.

¿Y cómo se logra la felicidad? ¿Cómo acompañar a los hijos en la construcción y reconstrucción de su felicidad? Hay un lugar común en el que se construyen las bases para la felicidad: ese lugar es el **hogar**.

Son precisamente las palabras **construcción** y **reconstrucción** las que dan la claridad suficiente para entender que es día a día, en los momentos cotidianos en la vida familiar, en el lenguaje verbal y no verbal, con el ejemplo, como se orienta a los hijos hacia la construcción y reconstrucción de su propia felicidad: **ser felices con lo que son, no solo con lo que tienen.**

Confusiones comunes de los padres sobre la felicidad

El gran deseo de los padres es que sus hijos sean felices: ese debería ser el objetivo de la crianza, pero ocurre que con mucha frecuencia se trastocan las cosas porque se cree que la felicidad está en comprarles todo lo que la sociedad consumista ofrece, olvidando que la felicidad no la dan las cosas y menos la acumulación de estas.

Otra idea común acerca de la felicidad es que esta radica en vivir permanentemente rodeados de personas, a como dé lugar; y de programas, cursos, clases, etcétera, lo que solo lleva a sobreestimulación y sobreexigencia, sin tener en cuenta que la felicidad no es determinada por la compañía de nadie, ni por la estimulación que den un programa u actividad.

Otra concepción frecuente es suponer que la felicidad está en eximir a los hijos de las responsabilidades que les corresponde como estudiantes y como hijos de familia: de esta forma se les quita la oportunidad de que ahora respondan por lo mínimo para que en un futuro respondan por lo máximo, que es la realización plena de sus capacidades y de su vida.

Se suele dar por sentado que la felicidad consiste en gastar los ahorros que se tenían para comprar vivienda o hacer un préstamo y endeudar a la familia para hacer la mejor fiesta de Primera Comunión o para hacer la mejor fiesta de quince porque “mi hija tiene que ser la mejor”. De este modo se está fallando en la escala de valores: por hacer la fiesta se sacrifica el bienestar de toda la familia, el pago del arriendo, de los colegios, el mercado....

En situaciones como las mencionadas hay que recordar que siempre lo primero es lo primero en cuanto a prioridades fundamentales de la familia para el bienestar físico y de convivencia y techo o vivienda, educación, salud, alimentación, derechos y responsabilidades no se negocian ni se subvaloran.

Al analizar estos conceptos es necesario tener en cuenta que la felicidad no está afuera, puesta o escondida en las personas o en las cosas: nadie hace feliz a nadie; la felicidad no se consigue con el dinero; no pertenece al futuro, ni se descuelga del cuello de alguien, ni es un objeto pasivo que está esperando para ser obtenido.

No se está feliz, se es feliz, como no se es alegre, se está alegre. Lo anterior muestra que la alegría es transitoria y efímera, mientras que la felicidad, si está anclada en una buena autoestima y en la autonomía y creatividad correspondientes con la etapa de desarrollo no está sometida a los avatares del día a día, por lo que es **un estado del ser humano**, estado por lo demás deseable.

¿De dónde proviene la felicidad?

La felicidad la dan los logros personales, las metas cumplidas, solucionar una dificultad, disfrutar de la compañía de alguien, la satisfacción de vencer dificultades y de disfrutar de la propia compañía.

La felicidad no es innata, es algo que se construye y reconstruye en el día a día. Incluye alegría, pero también otras muchas emociones, algunas de las cuales no son necesariamente positivas (compromiso, lucha, reto, incluso dolor). Y lo más importante: la da el saber quién eres, qué quieres ser y hacer y para dónde vas (dimensión espiritual del ser humano) y permite reconocer la vocación.

¿Qué significa vocación?

Vocación es una palabra que viene del latín *vocāre* y significa *acción de llamar, de ser llamado*. Es el deseo de emprender una carrera, profesión o cualquier otra actividad cuando todavía no se han adquirido todas las aptitudes o conocimientos necesarios.

La vocación se dirige hacia los sueños, los anhelos del ser humano en relación con la vida. Es aquello a lo que se está llamado; es lo que se quiere ser y hacer; es lo que apasiona, lo que hace vibrar, lo que proporciona alegría y, en definitiva, está íntimamente relacionada con la felicidad.

La vocación en parte es innata y en parte se descubre y se modula, en concordancia con las necesidades, capacidades, potencialidades, oportunidades y derechos. No es posible pensar que alguien nació para... o que no nació para... La vocación es mucho más que un solo aspecto de la persona, pues abarca la dimensión biopsicosocioespiritual, es decir, ese elemento personal que se llama sentido de vida, base del proyecto de vida, que es la realización genuina de la vocación, por lo que es una búsqueda constante.

Los niños y niñas preadolescentes que tienen un buen ambiente familiar y escolar para la construcción y reconstrucción de sus metas de desarrollo humano integral y diverso se manifiestan como seres felices. Una expresión clara de su felicidad es la de dar sentido a su vida diciendo lo que quieren ser: agricultores, soldados, policías, ingenieros, astronautas, enfermeras, escritoras, maestras...

En la adolescencia hay que tomar decisiones sobre lo laboral y sobre la definición sexual. La definición en lo laboral exige un proyecto de vida, el cual se hace alrededor de la vocación. Dado que la adolescencia es reflejo de la sociedad, el adolescente actual no tolera las presiones de la familia para optar por una vocación impuesta, imposiciones mediante las cuales por mandato familiar se sostenían las profesiones.

En la encrucijada del adolescente suele haber cinco motivaciones para elegir lo que se quiere ser en la vida: desarrollo personal, querer ser aprobado por los padres, ganar dinero, conseguir estatus social o tener un empleo seguro. Las cuatro últimas son presiones sociales inadmisibles para llevar a cabo la vocación, por lo cual en este campo solo es admisible la primera, el desarrollo personal, por lo que es necesario repetir que la vocación resulta de capacidades, aptitudes y personalidad.

Es común que una persona, por distintas circunstancias, erre su vocación, pero la construcción y reconstrucción de la felicidad lo lleva a amar lo que hace, a pesar de hacer lo que no amaba según su vocación, es decir, esta vocación cambió.

Es claro, pues, que en la crianza es necesario acompañar al hijo para que descubra su vocación, es decir, lo que le apasiona, lo que le interesa. Lo anterior quiere decir que en el hogar donde el niño o niña nace, crece, se relaciona y aprende a amar también descubre en la interrelación con sus padres, hermanos y familia qué es lo que más le gusta hacer y hace mejor, qué es lo que más le interesa y lo apasiona.

Este acompañamiento implica la integración de los hijos a las responsabilidades del hogar, lo que significa tenerlos en cuenta, que sepan que son importantes, que su opinión cuenta como miembros de la familia, que descubran qué actividades les gusta realizar y disfrutar, qué es lo que más les apasiona y con qué aptitudes o destrezas cuentan. Esa forma de acompañar a los hijos permite que ellos vayan construyendo y reconstruyendo su felicidad por lo que son, por lo que hacen.

Los padres somos los guías, los orientadores, los modelos o paradigmas de los hijos, pues ellos están aprendiendo con nuestro ejemplo los modelos afectivos, relacionales y sociales para la convivencia, pues los niños, niñas y adolescentes, y los adultos y viejos también, están construyendo y reconstruyendo la autoestima cuando son alentados a seguir adelante.

En el acompañamiento en la crianza es necesario facilitarles a niños, niñas y adolescente en el hogar los espacios y las oportunidades para que construyan y reconstruyan su felicidad y descubran su vocación, aquello que les apasiona hacer y con lo cual se sienten realizados y felices.

En resumen: la felicidad es estar satisfecho con lo que se es y lo que se hace, no con lo que se tiene y se acumula, y es una condición necesaria para descubrir la vocación.

Lecturas recomendadas

Buscaglia L. *Vivir, amar y aprender*. España: Plaza y Janés; 1998.

Casanova X, Hurtado LD. *Exploración vocacional*. Medellín: De Bedout; 1994.

Restrepo S. *Elementos de orientación profesional*. Barranquilla: Ediciones Pedagógicas Latinoamericanas; 1982.

Russell B. *La conquista de la felicidad*. Barcelona: Debolsillo; 2003.

Savater F. *El contenido de la felicidad*. Madrid: Santillana; 1994.