

Educar en la fuerza de la voluntad

Es importante insistir a los padres en la importancia de la reciedumbre, o capacidad de realizar esfuerzos sin quejarse.

Por: José Antonio Alcazar



Una de las grandes carencias de la juventud de hoy es la fuerza de voluntad, la energía interior para afrontar las dificultades, retos y esfuerzos que la vida plantea continuamente. Desarrollar la capacidad de autodominio de los alumnos se ha convertido en un objetivo de primordial importancia, de modo que sean capaces de esforzarse para conseguir lo bueno, aunque cueste y la recompensa no se alcance enseguida.

El desarrollo de la fortaleza apoya el de todas las demás virtudes: no hay virtud moral sin el esfuerzo por adquirirla. En un ambiente social como el actual, donde el influjo familiar es cada vez más reducido, el único modo para que los jóvenes sean capaces de vivir con dignidad es llenarles de fuerza interior. La capacidad de esfuerzo está muy relacionada con la madurez y la responsabilidad.

Exigir también cuesta

La capacidad de exigencia amable de los padres y profesores va a marcar, en buena medida, el desarrollo de la capacidad de trabajo y esfuerzo, y de sus virtudes relacionadas (constancia, perseverancia, paciencia, etc.). Exigir también cuesta esfuerzo. Parece que todo va a ser más rápido y menos conflictivo si los educadores cargan con los esfuerzos, renuncias y sacrificios; pero sin ese esfuerzo no va creciendo la persona.

Entre los siete y los doce años transcurre el período sensitivo de estas virtudes: es cuando se aprenden con mayor arraigo y naturalidad. Si los alumnos se ven privados de los esfuerzos, los retos y las exigencias, llegará la adolescencia, con su crisis de madurez y no estarán dotados de energía interior para superar las dificultades. Nos encontraremos con que o no se dejan exigir, o - aunque entiendan lo que les decimos y desearan actuar así - no tienen la fuerza y el entrenamiento necesario para conseguir las metas que se proponen.

Algunas veces, los padres pretenden evitar a sus hijos, con un cariño mal entendido, los esfuerzos y dificultades que ellos tuvieron que superar en su juventud: los protegen y sustituyen, llevándoles a una vida cómoda, donde no hay proporción entre el esfuerzo realizado y los bienes que se disfrutan. No se dan cuenta de que más que proteger a los hijos para que no sufran, se trata de acompañarles y ayudarles para que aprendan a superar el sufrimiento.

Autoconsciencia y voluntad

Para que un hábito bueno se convierta en virtud es necesario que haya autoconsciencia (entender qué y por qué se hace) y voluntariedad (querer hacerlo). Por eso es tan importante en la educación de las virtudes humanas, ayudarles a entender el esfuerzo que van a realizar como algo necesario y conveniente, y motivar y estimular sus deseos de esforzarse.

Educar la fortaleza supone poner los medios para que los alumnos sean capaces de emprender acciones que lleven consigo un esfuerzo prolongado, para lo que hace falta tanto salud física como fuerza interior. Esta es la razón por la que la práctica deportiva frecuente es un medio muy adecuado para promover la fortaleza en la práctica deportiva, han de superar la fatiga y el cansancio, llegar hasta el final con perseverancia, superar adversidades, etc.

Existen muchas oportunidades en la vida cotidiana de la familia y del aula para que los niños se ejerciten en resistir un impulso, soportar un dolor o molestia, superar un disgusto, dominar la fatiga o el cansancio, como - por ejemplo - acabar las tareas encomendadas en el colegio o cumplir el tiempo de estudio previsto antes de ponerse a jugar, cumplir su encargo con constancia, etc.

Hemos de valorar positivamente y reconocer su interés y sus esfuerzos, como "aguantar la sed" en una excursión o viaje, comer de (casi) todo o no comer entre horas, terminar bien un trabajo, dejar la ropa preparada por la noche,... De este modo fomentamos la motivación interna: la satisfacción de la obra bien hecha, la alegría del deber cumplido.

El ejemplo

Como siempre, el ejemplo de los educadores es crucial: aprenderán mucho observando la alegría en los sacrificios de sus padres y profesores. Quejarse del trabajo o de los esfuerzos que es preciso realizar contribuye a crear un ambiente familiar contrario a la fortaleza: hay que esforzarse porque no hay más remedio, porque la vida te obliga.

Es importante insistir a los padres en la importancia de la reciedumbre, o capacidad de realizar esfuerzos sin quejarse.

Sin miedo al fracaso

Junto a la reciedumbre, la valentía. Tener decisión y empuje, de modo que los "miedos" infundados no atenacen la personalidad y sean capaces de "dar la cara" cuando sea necesario sin acobardarse por el "que dirán" o por vergüenzas tontas.

Con audacia, sin miedo al fracaso - que para una persona fuerte no es más que una experiencia de la que puede aprender- ni a los riesgos. No se trata de empujar a los alumnos a la temeridad, sino de ayudarles a no ser cobardes ni tener miedo al ridículo. Sólo así serán capaces de comprometerse en empresas valiosas.

Con serenidad y equilibrio interior, de modo que no se desmoronen ante la contrariedad o los pequeños contratiempos e imprevistos. Con elegancia ante el éxito o el fracaso, sin perder la calma si las cosas salen mal. La paciencia tiene mucho que ver con la paz interior, con la serenidad, con la seguridad. Para educar en la paciencia hace falta un ambiente de seguridad afectiva y una exigencia serena. Si la exigencia es caprichosa, produce inseguridad. Necesitan aprender a esperar, a dar a cada cosa su tiempo.

En definitiva, la fortaleza dota a la persona de señorío sobre sí mismo, de autodomínio (vencerse a sí mismo es la batalla más importante de la vida).

Posibles planes de acción educativa relacionados con la fortaleza:

- Enseñarle a no quejarse. o Hacer pequeños sacrificios para la buena marcha de la casa o de la clase. o Exigirle acabar lo que comienza. o Aguantar la sed en una excursión o el calor del verano,
- el cansancio, sin irlo pregonando cada dos minutos. o Superar, si aún perviven, los miedos infantiles de quedarse solo, o a oscuras, la vergüenza para hablar, o para reconocer la propia culpa, o el sentido del ridículo. o Tener paciencia cuando no le salen las cosas como él quería, o si sufre cualquier contratiempo (por ejemplo, no quejarse y patalear si se pierde en un juego).
- o Adoptar posturas correctas en clase y en casa, no tumbarse. o Procurar comer todo y terminar toda la comida. o Hacer los deberes antes de ponerse a jugar. o Levantarse a una

hora fija y cumplir un horario. o Hacer bien los trabajos y tareas. o Cumplir su encargo en el momento previsto para ello aunque no tenga ganas. o Participar en un equipo deportivo. o Marcarse pequeñas metas y cumplirlas.