

Fortalecer el afecto en tiempo de vacaciones

“¿Qué puedes hacer para promover la paz mundial? Ve a casa y ama a tu familia”.

Madre Teresa de Calcuta

“Las tareas cambian no sólo con las personas, es decir, con las peculiaridades de cada uno, sino también en función de los momentos, de la unicidad de cada situación”.

Viktor E. Frankl

En verano cambiamos muchas de nuestras tareas y tenemos una oportunidad de oro para vivir más serenamente la vida familiar.

Sabemos que la familia es creadora de vínculos afectivos y que se pueden fomentar con más fuerza cuanto más tiempo dispongamos para demostrar el amor a nuestros hijos con más presencia. Sonreír, escuchar, besos y abrazos consolidan y potencian todo el afecto natural que nos tenemos en familia, afecto que perdurará y será la música de fondo que acompañará siempre a nuestro hijo y le procurará la seguridad y la autoestima necesaria para ser feliz en esta vida porque se sabe querido.

Proponemos unas pequeñas recomendaciones para obtener mejores resultados para fortalecer los lazos afectivos familiares:

- Prever la estancia del tiempo de vacaciones y **hacer participar a los hijos adolescentes** para que se integren en el lugar elegido.
- **Simplificar las tareas domésticas** para disponer de tiempo para conversar en la sobremesa después de cenar y reír de los chistes de pequeños y mayores. Al mismo tiempo, podremos practicar muchos valores: respeto, moderación, espíritu de servicio, generosidad.
- **Dedicar un tiempo especial a cada hijo** -sea cual sea su edad- para que se sienta singular, acompañado y comprendido.
- **Mostrar agradecimiento a Dios** por tener un tiempo de descanso y animar con el ejemplo para que los hijos también lo hagan. Un testimonio vale más que mil y un sermones.

Recordemos que el verano es la época ideal para vivir -padres e hijos- la amistad. ¿Quién dice que no



podemos ser amigos de los hijos? Somos sus mejores amigos, no les fallamos nunca y estamos a su lado siempre para que nos tengan confianza y les podamos orientar, respetando su autonomía y libertad responsable. También el verano es el tiempo idóneo para desarrollar la vertiente social de estar más cerca de nuestros amigos, que en época de trabajo se hace más difícil.

Las vacaciones pueden ser la mejor época para no quedarse sentado en el sofá “tragando televisión”, ni pasarse horas en internet con “amigos virtuales”. Vivamos la temporada de verano dando afecto a manos llenas. Hagamos la maleta -ligeros de equipaje-, pero con el corazón lleno de amor, para hacer felices a los nuestros y pasarlo bien. Dejemos buen recuerdo a nuestros hijos de este verano 2014.

Victoria CARDONA
Escritora
y orientadora
familiar

