

Primero los Padres

Los padres son los primeros responsables de la educación de sus hijos (Catecismo de la Iglesia Católica 2223)

Enseñanza de la Iglesia *Habilidad y Responsabilidad*

La Iglesia nos enseña que hay una distinción necesaria entre el poder y la responsabilidad. A esta edad, el bullying se convierte en algo común entre los niños que no han adquirido este entendimiento. El tener una habilidad particular no siempre significa que puede o debería ser usada en todo momento y en todos los lugares. A medida que nuestros hijos crecen y se desarrollan, sus cuerpos desarrollan fascinantes habilidades nuevas. Ellos se ponen más fuertes, rápidos, y atractivos. Con estos nuevos poderes viene la responsabilidad de utilizarlos de acuerdo al plan de Dios, siendo buenos portadores de lo que se nos ha dado. El uso de estos poderes no está destinado a ser “arbitrario o destructivo” sino que tiene un propósito específico (CCC 373). Alguien con fuerza está destinado a utilizarla para proteger al débil, pero el abuso del poder puede conducir al bullying (acoso escolar). En cuanto a

nuestra sexualidad, no estamos llamados a utilizar estos poderes para hacer daño y destrucción pero para ayudarnos a formar lazos de amistad y para la transmisión de la vida humana. La práctica de la castidad y el dominio de sí mismo nos permite ser personas de integridad, entrando en nuevas amistades que no son egoístas, pero por el contrario son un regalo genuino de sí mismo (CCC 2337-42).

El hoy nunca volverá,

Sea una bendición, sea un amigo.

Anime a alguien, tome su tiempo para cuidar de alguien.

Deje que sus palabras sanen y no hieran.



Creciendo en la Virtud

El uso del poder no está destinado a ser “arbitrario o destructivo” sino que tiene un propósito específico (CCC 373).

La justicia es la virtud de la relación correcta, a medida que el cuerpo de su hijo empieza a desarrollarse, es bueno empezar la conversación sobre la diferencia entre la responsabilidad y el poder. La diferencia entre lo que quiero hacer y lo que debo hacer. Esto se convierte en algo particularmente importante a medida que las diferencias entre los niños se vuelven más notables. Por ejemplo, algunos maduran más rápido que otros. Asegúrese de que su niño tenga conocimiento sobre el bullying y otros comportamientos antisociales. Cerciórese de que su niño sepa que usted está dispuesto a escucharlos y a hablar sobre

cualquier problema que puedan tener o ver en sus compañeros. Ayúdelos a solucionar los problemas, no se haga a cargo, pero apóyelos.

La templanza es la virtud del equilibrio y el auto-control. A medida que su hijo empieza a acercarse a la pubertad, es posible que estén más propensos a tener cambios emocionales y comportamientos excesivos. Al entrar en esta etapa de la vida, es importante ayudarlos a aprender el equilibrio en lo que comen, las actividades en las que participan, y con quienes se asocian. Ayúdele a su niño a apagar sus dispositivos y a hacer tiempo para varias actividades. Ayúdelos a tener tiempo cara a cara con sus compañeros. El crear un horario personal evitará que se sientan abrumados por la escuela, agotados por los

Alerta en la Cultura...

- El 70.6% de los jóvenes dicen que han visto bullying en sus escuelas.
- Cuando los testigos intervienen, el bullying deja de suceder en 10 segundos, el 57% del tiempo. Stopbullying.gov

Guía para Responder las Preguntas de sus Hijos

- Pida más información antes de responder, (por ejemplo: “¿Por qué preguntas?”, o “Cuéntame más”). La respuesta de su niño le va a proporcionar la información, el contexto y el tiempo para pensar.
- Pause para pedirle sabiduría y gracia a Dios para poder proporcionar una respuesta adecuada.
- Elabore su respuesta en el contexto de los valores Católicos de su familia (por ejemplo: “Cuando seas grande y te cases...” o “Como Católicos, nosotros creemos...”).
- Si usted no sabe la respuesta, diga “Esa es una muy buena pregunta pero no estoy seguro(a) de la respuesta exacta. Voy a averiguar y hoy voy a hablar contigo más tarde”. Asegúrese de darle una respuesta más tarde.

Ejemplos: ¿Qué es el periodo? o ¿Qué es un tampón/toallita higiénica?

Sepa el contexto de la pregunta, por ejemplo: ¿Están notando cambios en ellos mismos o sus compañeros? ¿Escucharon algo en la TV o simplemente están curiosos? La información que su hijo le proporcione a estas preguntas le va ayudar a darle un marco a su respuesta de una manera que sea significativa para ellos.

Posibles Respuestas:

- “Un periodo, llamado también ciclo menstrual, es el proceso por el cual una mujer se vuelve físicamente capaz de tener un bebé”.
- “Una niña va a tener su primer periodo (ciclo menstrual) en algún momento durante la pubertad y va a continuar teniendo ciclos menstruales por los próximos 30–40 años”.
- “Cada ciclo menstrual ocurre en un periodo de por lo menos 28 días y tiene tres etapas: una acumulación de tejido y nutrientes en el revestimiento del útero, la ovulación y finalmente la menstruación (el desprendimiento de tejido uterino y el revestimiento)”.
- “Un periodo menstrual es un proceso natural y no es algo a lo que se le debe tener miedo ni vergüenza; todas las niñas tienen un periodo cuando sus cuerpos maduran”.

Sugerencias Prácticas

A pesar de que puede parecer temprano, ahora es el momento de empezar a hablar sobre el futuro. Su hijo está haciendo sus propios amigos y está pasando más tiempo fuera de casa, en una variedad de actividades. Prepare a su hijo para los retos que vienen con este tipo de independencia al:

- Darle oportunidades para practicar el ser responsable (por ejemplo: preparar una cena para la familia, ayudar a comprar las cosas para la casa, hacer su lavandería, etc.)
- Discuta sobre cómo tomar buenas decisiones (intente el método POP—Nombre el Problema, enumere sus

Opciones, Elija una solución).

- Continúe monitoreando sus redes sociales y las actividades en el internet, por la seguridad de ellos. Esta es una edad principal para que empiece el bullying cibernético. Asegúrese de que su niño no es la víctima O el bully. Si usted se da cuenta que su niño es el bully, háblele sobre las consecuencias de tales acciones. Es posible que los niños no se den cuenta el efecto que sus palabras tienen sobre los demás. Si se da cuenta que su niño es la víctima hable con su niño, piense en estrategias (POP) para ayudarlo a hacerle frente a la situación.



- Recuerde preseleccionar toda la música, los videos y las películas.
- Continúe estando atento. Dé ejemplo con el comportamiento que usted espera de sus hijos.
- Recuérdole a sus hijos, de hablar con usted sobre cualquier sentimiento o situación que entre en su Círculo de Gracia.

Podemos Recomendar...

Hoja Informativa del Círculo de Gracia Sobre la Educación de los Hijos y la Sexualidad

<http://integrityrestored.com/>

[Parenting with Grace: The Catholic Parents' Guide to Raising Almost Perfect Kids](#) (Solo en Inglés)

<http://family.archomaha.org/respecting-life/human-sexuality-formation/>

Por Gregory y Lisa Popcak

(Los videos de YouTube son recomendados para que solo los padres los vean)

[Beyond the Birds and the Bees: Raising Sexually Whole and Holy Kids](#) (Solo en Inglés)

Por Gregory y Lisa Popcak

YouTube: *Talking to children about their bodies – Jason Evert on Catholic Answers Live* (Hablándole a los Niños sobre sus Cuerpos)