

Vicente Hernández (coord.)

UN FUTURO PARA TU HIJO

Claves para su orientación profesional

Prólogo de **César Bona**



Grijalbo

Un futuro para tu hijo

Manual práctico para padres

VICENTE HERNÁNDEZ
Coordinador editorial

Grijalbo

megustaleer



@Ebooks



@megustaleer



@megustaleer

Penguin
Random House
Grupo Editorial

Prólogo

El hecho de haber estado nominado al Global Teacher Prize me dió la oportunidad de viajar por toda España para hablar de educación. No obstante, soy una persona-esponja que intenta aprender de todo lo que tiene a su alrededor. Así que aproveché cada viaje para nutrirme de las ideas de todas esas personas que fui conociendo a lo largo de ese tiempo, para aprender de todas ellas y poder aplicarlo a mi profesión. Y puedo decir que ése ha sido un gran regalo, porque un maestro o una maestra han de estar siempre aprendiendo de lo que tienen cerca: nunca debemos dejar de aprender si lo que queremos es enseñar.

Otro de los grandes regalos que recibí gracias a esta nominación es que se me han hecho cientos de preguntas de todo tipo relacionadas con la educación, preguntas que cada docente debería hacerse cada cierto tiempo. Aprendí más en esos meses que en años de estudio y de trabajo, porque esas preguntas me hicieron reflexionar sobre mi trabajo, y ser crítico con mi profesión y conmigo mismo.

Y aquí me encuentro ahora, ante el honor de escribir el prólogo de un libro que he tenido la suerte de leer y que me ha dado una perspectiva que me faltaba en estos años. Porque, al final, cuando uno se pone a trabajar, va encerrándose poco a poco en su ámbito de actuación y limita la visión global que deberíamos mantener en todo momento.

En estas páginas encontraréis opiniones de expertos que analizan todas las etapas de la persona teniendo en cuenta el factor humano, eso tan valioso que a menudo se echa en falta en la educación. Así, viajaremos hasta el momento en que nuestros hijos han de caminar por sí solos y construirse su propio futuro. Siempre he oído decir que ser padre debería venir acompañado de un manual de instrucciones. Unas veces, la frase se aplica a los retos que nos plantea la educación; otras veces, a las relaciones interpersonales entre padres e hijos, pues parece que hemos de ir aprendiendo conforme vivimos la experiencia de ser padres, maravillosa y desconcertante a la vez en tantas ocasiones. Leyendo estas páginas descubrí que muchas de las respuestas que esperamos que nos «caigan del cielo» están ya escritas y pueden sernos muy útiles.

Nada mejor que contar con expertos en distintos campos que nos asesoren a la hora de tratar con nuestros hijos en las distintas etapas del crecimiento, ¿no es cierto? Ya que la educación es un tema tan trascendental que marcará, lo queramos o no, el devenir de los acontecimientos que sucedan a nuestros hijos, por qué privarnos de tener a mano una guía que nos ayude a entender aquello que no siempre resulta accesible a todos los padres.

Para empezar, tendríamos que grabar en nuestra mente tres frases que no debemos olvidar jamás:

- Nuestros hijos no aprenden como nosotros lo hicimos.
- Cuando terminen de estudiar, habrá trabajos que ahora mismo no existen.
- Los hijos no han de ser la proyección de lo que los padres queremos.

Si tenemos estas tres ideas presentes estaremos listos para ayudar a nuestros hijos a elegir su propio camino.

Para echarles una mano en sus estudios, hemos de estar informados. De ahí que en estas páginas se haga hincapié en la necesidad de que familia y centro educativo mantengan una comunicación constante. No olvidemos que el diálogo entre las dos instituciones es el primer paso hacia el éxito del niño. Los padres tenéis derecho a ser informados y a participar de la educación de vuestros hijos en la escuela o el instituto, y debéis hacer uso de ese derecho. Siempre, eso sí, con una actitud dialogante y teniendo en cuenta que educadores y familia somos un equipo, que todos remamos con el mismo objetivo: sacar lo mejor de vuestros hijos.

Voy a mencionar aquí algunas cuestiones obvias, pero que frecuentemente se nos olvidan. Primero, que el tiempo pasa demasiado rápido y, como padres, debéis disfrutar de vuestros hijos así como los niños han de disfrutar de su infancia. También debemos tener presente que las etapas de infantil y primaria son cruciales para que adquieran hábitos que les sirvan para la vida. Tampoco podemos pretender, sumidos en esa inercia imparable, que al acabar Primaria, es decir, con doce años, sean pequeños Einstein. Recordemos que han de tener tiempo para cultivar la curiosidad y la creatividad que nos definen de niños y que vamos perdiendo conforme crecemos.

Sin duda que en Secundaria la exigencia será mayor, y va a coincidir con los cambios más importantes en sus vidas. ¡Viajemos en el tiempo y recordemos lo que

implicaba pasar por esos cambios! Se trata de un momento maravilloso en el que uno se descubre a sí mismo y en el que resulta fundamental escuchar y hacerles sentir que realmente forman parte de algo importante. Por eso hemos de estar informados para cuando llegue ese momento. Pues entonces será necesario tomar decisiones que afectarán a su futuro y tendremos que estar a su lado para ayudarles a elegir. Después, la vida les llevará por caminos que hoy ni siquiera podemos imaginar, pero eso también nos pasó a nosotros, ¿verdad?

Sabéis perfectamente que el fin último que busca el ser humano es la felicidad. Sea de un modo u otro, todos estamos en esa constante búsqueda. Por eso, tanto los padres como los educadores hemos de dotarles de herramientas que les faciliten el camino. Ya dijo Louis Pasteur: «No les evitéis a vuestros hijos las dificultades de la vida, enseñadles más bien a superarlas».

El caso es que, para cuando se acercan al momento crucial de tomar ese camino en la encrucijada del ámbito laboral, todo parece tomar dimensiones gigantescas. ¡Cuánta presión en tan poco tiempo! Ahí podemos hablar con ellos sobre a qué quieren dedicarse, qué salidas laborales tienen las distintas profesiones, cuáles son las ventajas y los inconvenientes de algunos oficios... Pero son ellos quienes han de decidir.

Sin duda que semejante decisión estará determinada por esa búsqueda de la felicidad a la que me refería anteriormente: nadie quiere trabajar en algo que no le gusta. Pero debemos enseñarles a ser críticos con sus decisiones, a prever las consecuencias que sus acciones puedan tener. De modo que debemos estar bien informados para poder dialogar con ellos. Nuestra apertura mental resulta clave para no castrar opciones tan válidas como otras que, por lo general, sufren el peso de una opinión social que ha terminado por desacreditarlas. España tiene la tasa más alta de licenciados universitarios de Europa, pero lideramos también las estadísticas de desempleo juvenil. Los informes confirman que los alumnos reciben mucha formación teórica pero pocas capacidades profesionales, y las empresas buscan precisamente estas últimas. Una alternativa a la Universidad es la Formación Profesional Dual, un tipo de formación muy valorada en algunos países del centro y norte de Europa. Su ventaja consiste en que el alumno aprende no sólo en el centro de formación sino que también se educa directamente en la empresa, mano a mano con los trabajadores, ejerciendo una actividad productiva que en algunos casos es también remunerada. Hemos de valorar qué desean hacer nuestros hijos, así como darles a

conocer qué profesión tiene más salida laboral o, al menos, no perder de vista las necesidades del mercado de trabajo.

En ese sentido, es un lujo contar en este libro con una visión desde dentro de la empresa, pues nos ayuda a descubrir qué competencias fundamentales busca toda organización entre sus empleados. Entre todos, educadores y padres, debemos colaborar para que vuestros hijos estén bien preparados no sólo para la empresa, sino también para la vida, pues aspectos como la flexibilidad y la capacidad de adaptación, la capacidad de aprendizaje, el trabajo en equipo, la empatía, la gestión emocional, etc., son fundamentales a la hora de buscar empleo, pero también en la vida cotidiana.

Siempre he pensado que lo verdaderamente interesante viene después del prólogo, así que, sin más dilaciones, os invito a que paséis la página y comencéis un viaje que, sin duda, os dará muchas pistas que os acercarán un poco más a vuestra felicidad y a abrir las puertas de la de vuestros hijos.

CÉSAR BONA

Introducción.

Un futuro para tu hijo.

Claves para su orientación profesional

En mi trabajo como Orientador, he escuchado muchas veces en las entrevistas con padres frases muy parecidas a la siguiente: «Mira, Vicente, la mejor herencia que puedo dejarles a mis hijos es darles unos estudios que les permitan formarse para la profesión de su interés. Mi mayor aspiración es que lleguen a conseguir un empleo que les proporcione una buena calidad de vida, ése es el principal motivo de mis desvelos y sacrificios. Siempre he buscado que tengan la mejor educación y puedan hacer valer sus talentos cuando se les presente la oportunidad de un buen trabajo».

Como padres, nuestro objetivo último en la Orientación Profesional de nuestros hijos adolescentes es ayudarles a que conozcan de primera mano el mundo real del mercado laboral, y desde ahí, proporcionarles una formación que les permita el acceso a un empleo acorde con sus preferencias, capacidades y esfuerzo, un empleo que les permita acceder a unos ingresos suficientes que les garanticen una inclusión social satisfactoria como ciudadanos durante su vida adulta.

Quiero comenzar agradeciendo a la Fundación Bertelsmann y a la Universidad Pontificia Comillas la oportunidad que me han brindado como coordinador editorial de esta publicación, para poder ofrecer a todos sus lectores un itinerario de temáticas que hemos considerado relevantes y de actualidad para que los padres puedan abordar con eficacia la Orientación Profesional de sus hijos. El hilo conductor que nos ha guiado, aunque a algunos les pueda parecer utópico, es muy claro: apoyando a los padres en la gran labor que tienen entre manos cuando se enfrentan a la tarea de escuchar y acompañar a sus hijos en su proceso de elección de estudios y profesión en sus años escolares, estaremos contribuyendo a mejorar las oportunidades de empleabilidad de nuestros jóvenes y a que, mañana, haya excelentes profesionales y, a la postre, mejores ciudadanos capaces de construir un futuro de esperanza para toda la sociedad.

OBJETIVOS Y DESTINATARIOS

El objetivo principal que persigue este libro es muy sustancial: ofrecer a las familias toda la información relevante para que estén en disposición de formarse su propio criterio para entender, enfocar y asesorar desde su responsabilidad parental todo el proceso de Orientación Profesional de sus hijos. Una responsabilidad que entendemos que siempre han de asumir conjuntamente con los tutores y orientadores de los centros educativos con los que comparten una misma misión, una misma meta que les une y en la que tienen que trabajar juntos: la educación de sus hijos.

Se trata de una guía práctica y de actualidad, de lectura amena y carácter divulgativo. Ahora bien, el prestigio profesional del grupo de autores que han colaborado en su preparación garantiza la calidad académica y el rigor de sus contenidos. Va destinada especialmente a padres y madres, principalmente con hijos adolescentes, que quieren tener un papel activo en su Orientación Profesional. Sin perjuicio de que también puedan utilizar sus contenidos los profesores y orientadores, en la preparación de las sesiones de orientación académico-profesional que normalmente se realizan en las reuniones de padres durante la Secundaria, el Bachillerato y los Ciclos de FP.

QUÉ OFRECE ESTE LIBRO

Como si de una guía de viajes se tratara, cada capítulo tiene consistencia propia y puede ser consultado con independencia de los demás, según nuestros intereses y prioridades. La obra actual está inspirada y toma como punto de referencia de sus contenidos el libro *¿Cómo orientar profesionalmente a tu hijo? Manual práctico para padres* que puede descargarse gratuitamente desde la página web de la Fundación Bertelsmann y al que remitimos si se quiere ampliar y profundizar el contenido que ofrecemos en cada capítulo. El libro que ahora presentamos es una reconceptualización (en cuanto a estructura) del *Manual* citado, donde los contenidos, aunque cuenta con el mismo equipo de autores, han sido sintetizados. Esperamos así que esta nueva edición resulte más divulgativa y accesible a un mayor número de potenciales lectores.

La obra está estructurada en cuatro secciones muy definidas en las que se agrupan los trece capítulos que la conforman. La primera de las secciones, se centra en algunas habilidades parentales de especial relevancia en la orientación profesional de nuestros hijos. En el primer capítulo sus autores Isabel López y Gonzalo Aza, nos recuerdan que estamos orientando a un adolescente. En el segundo Ciro Caro se centra en una de las habilidades más importantes que tenemos que desarrollar como padres y educadores para conseguir una buena relación padres-hijos, una relación que mantenga en esos «años difíciles» nuestros canales de comunicación con ellos abiertos y fluidos: las conversaciones de crecimiento. En el tercer capítulo, su autora María Prieto nos ofrece algunas habilidades parentales que desde la Psicología se nos recomienda cultivar para realizar una correcta Orientación Profesional de nuestros hijos. Y finalmente, Amparo Escamilla nos invitará desde la teoría de las Inteligencias Múltiples a entrenar nuestra mirada como padres para buscar y favorecer siempre en nuestros hijos sus capacidades y potencial personal.

La segunda y tercera sección constituye el núcleo de la obra. Los distintos capítulos tienen un mismo hilo conductor: fomentar desde la educación familiar algunas de las competencias clave que facilitarán la empleabilidad futura de nuestros hijos y que profundizan y complementan a las tradicionalmente más escolares. En el capítulo quinto sus autores Mario Pena y Natalio Extremera tratan el tema de las Competencias Socioemocionales. En el sexto José Manuel Sáenz nos hablará sobre una de las claves para la empleabilidad y la construcción de esa nueva ciudadanía global hacia la que caminamos, la Competencia Intercultural y de Internacionalización. En el capítulo séptimo, Juan Manuel Núñez nos invita a profundizar sobre la relevancia de las Competencias Digitales. César García-Rincón y Jerónimo García nos ofrecerán en el capítulo ocho algunas claves básicas para fomentar en nuestros hijos la Competencia de Emprendimiento. En el capítulo nueve Luis López profundiza en la Competencia de Interioridad tan necesaria en estos tiempos de vorágine e incertidumbres. Finalmente, Rogelio Nuñez nos invita a enseñar y acompañar a nuestros hijos para que sepan integrar todas estas competencias en su propio Proyecto de Vida, en el que el Proyecto Profesional es una componente sustancial que modula y expresa su propia identidad personal.

En el marco europeo de formación permanente a lo largo de la vida en el que van a vivir laboralmente nuestros hijos, Sonia Jadraque nos presenta en el capítulo once su visión sobre algunas claves para su orientación profesional desde la perspectiva de la Empresa. También desde el marco europeo de las cualificaciones, Oriols Homs nos

ofrece en el capítulo doce información vocacional relevante sobre las oportunidades que hoy ofrece la Formación Profesional Específica y muy especialmente la Formación Profesional Dual. La obra finaliza con las reflexiones de Ana García sobre las principales claves y retos formativos de la etapa de Educación Superior que incluye tanto los Grados Universitarios como los Ciclos de Formación Profesional de Grado Superior.

Nuestros niños y adolescentes de hoy son los ciudadanos adultos del mañana. En todo lo que a su Orientación Profesional se refiere, tenemos la obligación y la responsabilidad de que todas las ayudas que reciban en la familia, en la escuela y también desde las administraciones educativas y de empleo, así como desde las empresas y sus organizaciones, estén coordinadas entre sí y les preparen para la vida profesional. Éste es el punto de partida de los capítulos que siguen a continuación. Deseo que los disfruten, ojalá que cada uno encuentre en unos u otros las pistas, las sugerencias que más y mejor les ayuden como padres a acompañar con acierto la Orientación Profesional de sus hijos, ellos así lo esperan.

VICENTE HERNÁNDEZ FRANCO

PRIMERA PARTE

Habilidades parentales

Nuestros hijos están alcanzando la edad de decidir a qué les gustaría dedicarse profesionalmente en su vida adulta. Este momento es crucial porque pasamos muchísimo tiempo en nuestro trabajo, dedicándole las mejores horas del día, y no hay nada peor que sentir que nuestra vida transcurre en un trabajo donde no encontramos ni motivación ni reconocimiento alguno, o en el que somos responsables de una tarea para la que no nos hemos preparado adecuadamente. ¿Cómo podemos ayudar a nuestros hijos a descubrir qué es lo que les apasiona? ¿Cómo guiarles para que descubran aquello a lo que quieren dedicarse profesionalmente, y tomen al fin y al cabo una decisión satisfactoria y compatible con sus intereses y capacidades?

Antes de continuar habría que señalar una pequeña consideración: orientarse profesionalmente no es tan sólo una cuestión de tomar «la decisión correcta» y acertar con la elección de «un buen trabajo». Todos sabemos por experiencia propia que la vida da muchas vueltas, y que puede suceder que lo que nos gustaba o interesaba a los 16 años no es lo mismo que lo que nos parecía lo más adecuado para nosotros a los 40 años. Al mismo tiempo, las necesidades vitales y las responsabilidades cambian mientras la persona recorre las distintas etapas de su vida adulta. Es por ello que, ante el futuro profesional de nuestros hijos, es importante tener claro lo siguiente: el primer paso para que puedan alcanzar un alto grado de bienestar laboral en su vida adulta es prepararles ahora para que tomen una buena elección de la profesión a la que se quieren dedicar. Es fundamental infundirles la certeza de que de ellos depende esforzarse con los estudios que mejor preparan para esa profesión y, cuando llegue el momento, estar capacitados para desarrollar dicho trabajo aprovechando todos sus talentos y valores.

Todo esto es algo que los padres hemos vivido y también algo que hemos visto que experimentaban los demás. Ahora bien, para nuestros hijos el entorno laboral es un mundo que queda todavía muy lejos, y aunque ellos mismos no lo sepan, y a pesar de que ya se sientan lo bastante mayores para prescindir de nosotros, tenemos que

orientarlos en él. En estos momentos de cambio, en los que se impone la necesidad de definirse, es cuando más nos necesitan. Seguramente no nos lo confesarán, pero nos escuchan, se fijan en nosotros y les encanta que les dediquemos atención (aunque nos llamen «pesados») y les pongamos límites (aunque protesten).

En los capítulos siguientes aprenderemos un poco de psicología para:

1. entender en qué momento se encuentran nuestros hijos y así conocerlos mejor;
2. aprender de qué manera debemos conversar y dialogar con nuestros hijos para asegurarnos una buena comunicación; y
3. enseñarles algunas herramientas indispensables para ser personas responsables y competentes.

1. Conocer a nuestro hijo adolescente

¿QUIÉN ES EL ADOLESCENTE?

Cuando nos detenemos a pensar en la adolescencia, miles de estereotipos nos vienen a la cabeza: «la edad del pavo», «el acné», «la fiesta y los amigos», «los primeros amores»... Parece que para los adultos la adolescencia es una época donde los hijos dejan de ser los niños que eran y comienzan a comportarse a modo *carpe diem*.

Ya no nos hablan de todo como antes, se encierran en su cuarto, mantienen una mayor comunicación con su teléfono móvil que con el resto de la familia, y esto nos desespera. Da la impresión de que la vida del adolescente es fácil, casi cómoda. Al fin y al cabo sólo tienen que estudiar, todo lo demás es ocio para ellos.

Pero no nos equivoquemos. ¿A cuántos de nosotros nos gustaría volver a los 13 o 15 años? Eso significaría regresar a la incertidumbre: ¿Soy ya mayor o todavía no? ¿Debo obedecer a los padres o hacer lo que yo estime correcto? ¿Puedo confiar en mis límites o no soy todavía capaz de controlar los porros, el alcohol, la diversión o las peleas? ¿Qué debo explicar a mis padres y qué secretos puedo guardarme? ¿Debo estudiar Ingeniería como mi padre o puedo estudiar Bellas Artes que es lo que me gusta? ¿Podrán pagar estos estudios, esta universidad...?

Además la sociedad se empeña en difundir una imagen conflictiva de los adolescentes, asociada a la violencia y a las drogas. Esta imagen negativa termina suscitando una actitud de miedo y rechazo a esta etapa vital y eso puede generar una comunicación más problemática a la hora de intentar entendernos con nuestros hijos adolescentes.

Para un chaval de 12 años comienza un camino difícil, un camino en el que deberá tomar decisiones cuando hasta entonces estaba acostumbrado a que los padres estuvieran ahí para señalarle siempre la decisión correcta. Algo tan sumamente cotidiano como «¿qué ropa me pongo hoy?», en esta etapa, adquiere un significado nuevo (la aceptación por el grupo de iguales) y por eso muchos adolescentes invierten un tiempo cada noche o cada mañana antes de las clases en planificar su atuendo.

Tanto en éste como en otros aspectos, empiezan a tomar decisiones que irán teniendo cada vez más relevancia para su vida futura: desde los amigos, la pareja, las asignaturas optativas del próximo curso u otras elecciones de mayores consecuencias. ¿Estudio un Ciclo de Formación Profesional o voy a la Universidad? Se trata de decisiones que modelan una vida que están empezando a protagonizar ellos mismos.

LOS PADRES Y SU ADOLESCENCIA

A los padres no nos resulta fácil adaptarnos a esta etapa donde comienza a aparecer una pequeña (y a veces no tan pequeña) personita con voz propia que no necesita ya de la nuestra para saber qué decisión tomar (lo que le gusta o no de nuestra casa, lo que le apetece o no como plan de fin de semana, sus intereses...). Tenemos que comenzar a conocerlos, porque ahora son ellos quienes empiezan a conocerse a sí mismos. Además sufrimos por sus decisiones fallidas y rememoramos con añoranza nuestras propias «batallitas» adolescentes. Pero ¿no vemos lo diferentes que son de nosotros como adultos, aun en relación con nuestra adolescencia?

Para empezar, debemos partir de la base de que el contexto social de ahora es más complejo: hoy no tienen el mismo valor las cosas que ayer lo tenían. Sin duda, hacerse adulto en esta sociedad es más complicado que en otras, del mismo modo que muchos padres tienen que enfrentarse como adultos a nuevos retos y dificultades que antes no existían. Desde luego que es un mundo más cómodo y con más recursos, pero también con menos seguridad y con más dificultad para tomar decisiones de cara al mañana: hay una gran diversidad de opciones y los cambios son cada vez más rápidos.

LO DIFÍCIL DE LLEGAR A SER UNO MISMO

Permitir que los hijos crezcan en su autonomía personal resulta una de las tareas más difíciles para la paternidad. Dejar que elijan los amigos con los que salen, el plan para el fin de semana, las asignaturas que escogen para el próximo curso... Permitirles crecer resulta algo casi incómodo, pues, si todo sale bien, se van despegando, van saliendo de debajo de la alita como el pollito de su mamá gallina. Ya no decidimos

por ellos, sino que estamos para ellos y con ellos. Pero aun así, siempre nos invade la incertidumbre, la duda eterna de todos los padres desde que el mundo es mundo: ¿Lo estaremos haciendo bien?

Al darse de manera natural ese proceso de «despegarse de los papás», muchos afirman que los adolescentes, para el ojo del adulto, parecen unos «extraterrestres». Aunque esta percepción se deba, probablemente, más bien a nosotros, los adultos, a veces olvidamos que también tuvimos esa edad. A poco que hagamos memoria, recordaremos que por entonces empezábamos a ocultar a nuestros padres determinada información sobre nuestra vida, del mismo modo que nuestros hijos hacen con nosotros; comenzamos a cuestionar las opiniones de los mayores para poder crear nuestras propias ideas y a afirmar nuestra propia identidad. Ese proceso de «enrarecernos» con respecto a nuestros padres es sumamente necesario para crear nuestro propio YO, nuestra identidad.

Nuestros hijos se vuelven más reservados, más independientes y autónomos. No olvidemos, pues, que esa actitud es necesaria para que el proceso de «despegarse» se lleve a cabo. A este proceso lo llamamos *diferenciación*. Dejamos de ser los grandes sabios que resolvían todas sus dudas («Papá, ¿por qué flotan las nubes?», «Mamá, ¿de dónde viene la nieve?»), y pasamos a ser tan sólo aquellos adultos que lo único que quieren es sonsacar algo de información de su vida, y de quienes pueden enumerar miles de críticas («¡Pues los padres de fulanito le dejan hasta las once de la noche!»).

A veces, diferenciarse de los padres resulta un proceso complejo porque al adolescente semejante transformación puede provocarle sensaciones de miedo o inseguridad. Otras, el desarrollo queda obstaculizado por lo difícil que nos supone a nosotros, como padres, dejarles crecer y permitirles despegarse. Se trata del momento de cuestionarlo todo, aunque de manera distinta a como lo hacían cuando tenían 3 años y estaban en la época del «¿por qué?». No necesitan que les facilitemos la información «tal y como nosotros lo vemos», porque ya conocen de sobra nuestra opinión. Más bien precisan que les ayudemos a encontrar toda la información disponible para que puedan reflexionar y llegar a sus propias conclusiones. Ése es nuestro papel como padres de un adolescente: ofrecerles todas las opciones.

Nuestros hijos necesitan que les ayudemos a encontrar toda la información disponible para que puedan reflexionar y llegar a sus propias conclusiones. Ése es nuestro papel como padres de adolescentes: ofrecerles todas las opciones para que tomen la decisión por ellos mismos. Así no sólo les ayudamos sino que les demostramos que confiamos en ellos.

Un padre que muestra la diversidad de caminos que pueden elegirse o que informa sobre los beneficios o inconvenientes de cada uno de ellos, es un padre que confía en su hijo. Y si confiamos en nuestros hijos, tomarán las decisiones de modo más sosegado y con mayor seguridad en sí mismos, sabiendo que estaremos apoyándoles, acompañándoles en el camino «dos pasos por detrás». Y si algo sale de un modo que nadie esperaba, es decir, cuando las cosas vengan «mal dadas», estaremos ahí de manera incondicional.

En toda esta etapa vital, los adolescentes pasan por pequeñas «crisis» donde parecen volver a buscar a los padres para que les ayuden a resolverlas o, por el contrario, se quedan como estatuas sin mover un músculo fantaseando con que la crisis desaparecerá sola. Un claro ejemplo de estas «crisis» se produce cuando toca escoger optativas y, sobre todo, cuando se enfrentan a la elección del futuro académico-profesional. Cuando se les plantea: «¿Qué quieres estudiar después de 4.º de la ESO?» o «¿Qué quieres estudiar cuando termines Bachillerato?», caen en la cuenta de que lo que digan determinará su futuro a partir de entonces, y el futuro, como hemos aprendido los adultos, es completa incertidumbre. Algo que para un adolescente es horrible y da miedo.

Acompañarles en su proceso de toma de decisiones académico-profesionales será una de nuestras tareas más importantes, así que debemos tener el canal de comunicación abierto para ellos. «Tener el canal abierto» implica que debemos escuchar; no les servirán nuestros consejos u opiniones, sino que les ofrezcamos las diversas opciones y que les ayudemos a avanzar en el proceso de elección que tienen que llevar a cabo por ellos mismos. Esta actitud de apertura debe ser aún más evidente si el asunto a tratar es el de sus opciones de continuidad de estudios y oportunidades de empleo. Para ello será importante:

- **Conocer sus intereses:** Seguro que tenemos una idea básica, pero ¿hay algo más que les interese? Podría ser que les dé vergüenza, apuro o miedo decir en voz alta cuál serían en verdad sus metas o sueños. Puede que les dé miedo por la opinión de los otros, más aún si somos sus padres y temen contrariar nuestras expectativas familiares. Puede parecernos algo irreal, pero debemos escucharles para poder ayudarles a delimitar su decisión y valorar las posibles consecuencias de las distintas alternativas.

Un caso: Elena quería estudiar Trabajo Social pero en casa tenían la idea de

que era una carrera de «perroflautas», que no llegaría a nada. Cuando le preguntaron a qué se dedicaban sus padres... eran ingenieros. ¿Qué le aconsejaban estudiar? Derecho.

- **La gran pregunta:** cambiemos el «por qué» por el «para qué». Si le preguntamos «por qué» será sencillo responder «porque me gusta», pero la gran pregunta es «para qué». Con ella les haremos reflexionar sobre lo que esperan conseguir de la profesión o los estudios para su experiencia vital. Si no saben contestar, será la demostración de que necesitan informarse más sobre posibles alternativas. Debemos evitar darles nosotros las soluciones.

Para poder acompañarles debemos estar preparados e informados, así que nos toca actualizarnos e investigar con profundidad sobre todo lo relacionado con el tema «continuidad de estudios». Seguramente que la situación habrá cambiado bastante con respecto a cuando nosotros tuvimos que decidir qué estudiar. ¡Hace ya muchos años, en los noventa, que desapareció el BUP!

1. En primer lugar, será muy útil disponer de una información vocacional de calidad y contrastada, saber qué es un Ciclo Superior de Formación Profesional, en qué consiste la Formación Profesional Dual y qué es un Grado Universitario (cuáles son, qué salidas laborales ofrecen, dónde se pueden cursar, costes...). Por lo general, los chicos suelen recibir esta información a través de los orientadores y tutores del colegio, así que debemos ir más allá propiciando momentos de diálogo en los que profundizar y «bucear» en toda esa información. Así podrán conocer cómo se organizan esos estudios, qué asignaturas los forman y otros aspectos prácticos que podremos aportarles desde nuestra experiencia de adultos.
2. Cuando sepamos cuáles son las profesiones que más interesan a nuestros hijos, ya se trate de un Grado Universitario (por ejemplo, Magisterio) o un Ciclo Superior de Formación Profesional (por ejemplo, Administración y Finanzas) podremos ayudarles a decidirse valorando las ventajas e inconvenientes que puedan presentar las distintas alternativas.

Es fundamental que no perdamos de vista las necesidades del mercado como otro indicador a la hora de barajar las diferentes opciones a estudiar. De esa forma,

obteniendo y aprendiendo de la información que nuestro hijo necesita, estaremos colaborando con su orientador y los tutores, y recibirán también el consejo de quienes más apoyo esperan recibir: nosotros, sus padres.

La adolescencia es principalmente una época de cambios. Es la etapa que marca el proceso de transformación del niño en adulto y en la que descubrimos la propia identidad (identidad psicológica, identidad sexual...) así como la autonomía individual. Como padres tenemos que ayudar a nuestros hijos a reflexionar sobre qué es lo que quieren hacer, y mostrarles el abanico de opciones reales y contrastadas para que saquen sus propias conclusiones.

2. Cómo conversar con nuestro hijo

Una inquietud de muchos padres y madres cuando nuestros hijos empiezan a hacerse mayores es no saber exactamente cómo dirigirse a ellos. ¿Hay que tratarlos como los adultos que pretenden ser o como los niños que aún siguen pareciéndonos a nosotros? Por falta de tiempo, o de herramientas, es fácil decantarse por una de las dos opciones cuando, en realidad, hay que verlos como jóvenes adultos que ya están tomando sus propias decisiones vitales. Eso significa que no podemos (ni debemos) dárselo todo masticado, como si aún fueran los niños de hace diez años, pero tampoco debemos imponerles opiniones o certezas sin tomar en consideración su propia capacidad crítica. En estos casos, saber comunicarnos con ellos nos permitirá conocer mejor sus intereses y deseos, al mismo tiempo que nos facilitará la tarea de aconsejarlos y guiarlos según nuestra propia experiencia.

CUANDO HABLAMOS NO SIEMPRE NOS COMUNICAMOS

Muchos de nosotros nos pasamos gran parte del día conversando con otras personas. Ahora bien, ¿con quién hablamos de verdad?

- Hablamos con las personas que nos escuchan, no con las que hacen una pausa pero en realidad están preparándose para decir algo más.
- Hablamos con las que sentimos que nos comprenden y que nos ayudan a comprendernos a nosotros mismos.
- Hablamos con aquellos de los que no tememos que nos juzguen.
- Hablamos con los que no son rápidos y simples a la hora de dar un consejo o de decirnos que eso es «lo que nos conviene».
- Incluso los padres que mejor escuchan, pueden fracasar como conversadores con sus hijos si no evolucionan para atraer su interés. Son muchos los padres

resignados que se lamentan porque su hijo ya no habla con ellos. Sin embargo, podemos hacer algo para convertirnos en conversadores interesantes para nuestros hijos.

Por todo ello, si como padres pretendemos mantener conversaciones de crecimiento con nuestros hijos, deberemos evitar a toda costa actitudes como las siguientes:

- Responder desde el filtro de nuestros propios miedos.
- Prevenirles para que no cometan los errores que hemos cometido nosotros.
- Alertarles de los peligros que intuimos a partir de nuestros temores.
- Presionarles para que consigan lo que nosotros mismos no hemos logrado (a veces lo hacemos sutilmente, con el argumento de que algo «te conviene»).

Cuando estas actitudes dirigen la conversación, hablar se hace pesado y poco apetecible para nuestros hijos. Un diálogo que no promueva la toma de decisiones propias no ayuda a crecer. En esos casos, se convierte en una charla con una sola respuesta correcta, y la inteligencia y el corazón se cierran.

Para evitar estas situaciones los padres debemos prepararnos para ofrecer conversaciones de crecimiento interesantes, que nos conviertan en referentes para nuestros hijos, es decir, en personas en las que apoyarse para reflexionar y tomar decisiones.

Si hablamos con miedo, si hablamos con amenazas, si hablamos con vergüenza o sin mirar a los ojos, no estamos conversando realmente con nuestros hijos sino que quizás estamos queriéndoles imponer nuestras ideas o nuestra propia visión de las cosas. Tenemos que dejar que nos hablen y escucharles atentamente para saber qué quieren y necesitan.

Tradicionalmente, la psicología ha reducido estos temas al entrenamiento en habilidades de comunicación. Éstas nos ayudan a «decir las cosas bien y sin perder la calma», pero lo cierto es que no sirven para conseguir que los hijos quieran hablar con los padres. Lograrlo será posible si:

- Escuchamos de forma atenta y sincera.
- Prestamos atención a la relación entre lo que dicen nuestros hijos y el modo en que lo dicen, para detectar el momento en el que no hablan con seguridad y entonces apoyarles.
- Escuchar, sobre todo, poniéndonos en el lugar desde el que se expresan nuestros hijos.

«ESCUCHAR AHÍ DENTRO»

No podemos ofrecernos para conversar con nuestros hijos con la finalidad preconcebida de que elijan tal y como nosotros lo haríamos. No sólo porque eso sería imponerles nuestra decisión sin respetar la suya, sino porque ¡ellos ya tienen su propia sensación de las cosas! Por eso resulta fundamental que escuchemos y hablemos a nuestros hijos «ahí dentro». Pero ¿qué significa hablar y escuchar «ahí dentro»? Digamos que es lo contrario de lo que ocurre cuando nuestros hijos nos miran con cara de plástico esperando que terminemos con nuestro rollo, es decir, cuando sus mentes ya están en otra parte.

En vez de soltarles un discurso, se trata de «escuchar ahí dentro» para que nuestros hijos puedan permanecer en el «aquí y ahora». Escuchar «ahí dentro» es prestar atención a la sensación que tenemos de las cosas, lo que sentimos en el estómago o cómo «algo» nos presiona el pecho (cada uno lo percibe a su manera) y dejar que esa sensación se exprese. Debemos estar preparados y disponibles para conversar de esta manera, «desde dentro», cada vez que nuestros hijos quieran iniciar una conversación de crecimiento. Es posible que hayamos tenido, sin saberlo, una primera conversación de este tipo con nuestros hijos, pero debemos resaltar que las primeras veces marcarán la pauta, así que de ahora en adelante, para saber cómo ha sido la experiencia de dialogar juntos, prestemos atención a los siguientes detalles:

- ¿Ha sido una conversación de cabeza de padre a cabeza de hijo?
- ¿Ha sido un choque de egos que se temen y se enfadan el uno con el otro?
- ¿O ha sido quizá una experiencia de curiosear juntos, de ponerle palabras a

sensaciones y sentimientos? ¿Hemos compartido experiencias tratando de ser concretos pero sin sentir el agobio de no tener que resolver nada aún?

Recordemos que las conversaciones de crecimiento han de ser conversaciones abiertas, en las que se cree el espacio necesario para que se forme nuestra propia «sensación de las cosas». Es cierto que no es fácil definir esta actitud: de hecho, a veces nos referimos a este tipo de experiencias con frases como «hablar desde las tripas», «decir las cosas desde el corazón» o «reaccionar de modo intuitivo». Al hablar con nuestros hijos es importante:

1. Ver cómo se sienten frente a las diversas opciones y qué sensaciones internas les despiertan.
2. Analizar qué consecuencias tendrá cada alternativa y cómo les hacen sentir.
3. Pensar «con el corazón» sobre cada una de ellas («¿encajo en ella?», «¿esto qué me dice a mí?»).

La experiencia de conversar con nosotros, según estos pasos, les aportará la seguridad para explorar y decidir. Además, el diálogo será más productivo si juntos nos hacemos las preguntas de crecimiento necesarias. Estas cuestiones ayudan a crecer porque permiten considerar todas las consecuencias de las distintas alternativas a la hora de escoger, nos ayudan a profundizar sobre quiénes somos o qué nos conviene (no sólo sobre lo que se supone que es mejor o peor según el punto de vista familiar o social), y permiten analizar si la decisión que se tome encajará o no con el desarrollo de la identidad o de la vocación profesional de nuestro hijo (es decir, considerando la sensación que tiene de quién es él o ella y del tipo de persona que quiere ser).

Finalmente, tengamos en cuenta que con estas preguntas se busca reforzar el conocimiento y la actitud reflexiva de nuestros hijos.

- A veces sus respuestas serán vagas o confusas; cuando los veamos dubitativos, permitámosles que comuniquen sus sentimientos sin prisas, de modo que las palabras adecuadas tengan tiempo de expresar el significado de eso a lo que nuestros hijos están dando vueltas.
- Si nuestros hijos no saben muy bien qué quieren decir, ofrezcámosles de modo

tentativo y cariñoso (nunca crítico) una conjetura sobre el contenido de su mensaje y esperemos a ver qué sucede.

- También podemos guiarles para que expresen su punto de vista sobre los varios aspectos de un dilema y así tener una visión global del asunto.

ENCONTREMOS EL MOMENTO Y PRACTIQUEMOS

Aprender a dialogar y conversar requiere tiempo. No sólo con relación a los otros, en este caso nuestros hijos, sino también con relación a nosotros mismos. Tan importante como conocer a nuestros hijos es conocernos a nosotros mismos, con lo que podríamos preguntarnos lo siguiente: ¿Hay algún desajuste entre lo que decimos y cómo lo decimos, o entre lo que decimos y lo que querríamos decir? ¿Los silencios son momentos incómodos o, por el contrario, invitaciones a la reflexión? ¿Solemos expresar e imponer nuestras propias necesidades, temores o expectativas, y hasta qué punto nuestros hijos se defienden, o las comparten?

Una buena manera de analizar antiguas conversaciones y de prepararnos para las que vendrán es repasar las 10 palabras de los padres que ayudan a sus hijos a crecer.

- **HOLA:** El saludo y la mirada de reconocimiento ayudan a nuestros hijos a conversar con nosotros, pues representa la apertura de lo que depare el futuro.
- **EL SILENCIO:** Con el silencio podemos comunicar que estamos escuchando (mucho mejor que diciendo «te escucho»).
- **AQUÍ ME TIENES:** Sólo es posible ayudar cuando estamos decididos a estar ahí para lo que necesiten de nosotros. Debemos expresarlo con la mirada y con la postura del cuerpo.
- **YO:** A veces el «aquí me tienes» puede abrumar a los adolescentes... Salvo cuando hablamos de nuestros propios sentimientos. En esos casos les resulta más fácil conversar con nuestro «yo adulto».
- **TÚ:** Es la palabra que crea un espacio para nuestros hijos («¿cómo lo ves tú?»).

- **LOS SENTIMIENTOS:** Interesémonos por cómo les hacen sentir las distintas opciones. Recordemos que los sentimientos son la fuente de nuestros pensamientos más auténticos.
- **QUÉ:** Para decidir, es necesario referirnos a lo concreto (al «qué» de las cosas). Fomentemos una conversación rica en ejemplos.
- **SÍ:** Elegir es decir sí a algo y no sólo descartar el resto. Ayudemos a nuestros hijos a expresar de forma afirmativa lo que quieren y luego busquemos las opciones que lo lleven a la práctica.
- **GRACIAS:** No olvidemos agradecer a nuestros hijos que hablen con nosotros. El hecho de que nos cuenten sus pensamientos o sentimientos es el regalo más valioso que nos pueden dar. Estaremos disfrutando de una conversación de crecimiento.
- **ACOMPañAR:** Conversar no es discutir. Aunque acostumbramos a hablar tratando de convencer, intentemos acompañar a nuestros hijos mientras exploran, y serán dueños de sus elecciones.

Debemos ofrecer conversaciones de crecimiento a nuestros hijos que les ayuden a elegir con responsabilidad. Si escuchamos y dejamos que se expresen, favorecemos la autonomía de nuestros hijos y eso significa aportarles seguridad y amor, para que puedan explorar el mundo con autoestima. También significa acompañarles en los momentos de duda e indecisión, apoyándolos.

3. Orientar a nuestros hijos: herramientas básicas de psicología

Los padres no somos psicólogos ni tenemos la obligación de conocer técnicas psicológicas concretas, pero la mezcla del cariño que sentimos hacia nuestros hijos y el sentido común que nos proporciona la experiencia de ser padres es un magnífico punto de partida para educarles y ayudarles a ser felices. Ahora bien, ¿de qué manera podemos acompañarles en su proceso de maduración y de desarrollo de una profesión que les haga felices? ¿Qué habilidades queremos que adquieran?

La psicología indica que las cinco herramientas que describiremos en este capítulo son imprescindibles.

APRENDER A ESPERAR

Cuando nacemos, nuestro cerebro funciona de manera «primaria»: estamos diseñados para buscar el placer y evitar el dolor. Repetimos lo que nos produce satisfacción y dejamos de hacer lo que supone desagrado. Este funcionamiento es muy importante, asegura nuestra supervivencia y bienestar.

Pero en la vida a menudo necesitamos sacrificarnos a corto plazo para alcanzar nuestro objetivo en un plazo más largo. Esto significa dejar de funcionar como niños y aprender a ser constantes, esforzarnos durante mucho tiempo para conseguir una satisfacción futura (por ejemplo, estudiar durante muchos días para alcanzar una buena media en las notas al final de curso). La capacidad para esmerarse y perseverar sin rendirnos por el camino, aunque al principio cueste mucho, es lo que en psicología llamamos autocontrol y lo que comúnmente se denomina fuerza de voluntad. Como dijo el poeta estadounidense Emerson: «Carácter firme es aquel que puede continuar sin éxitos».

La buena noticia es que la fuerza de voluntad se aprende. Esto quiere decir que no

tenemos por qué asumir de buenas a primeras que no la tenemos ni la tendremos nunca. El autocontrol se puede enseñar. ¿Cuáles son las claves para enseñar a nuestros hijos a ser constantes, a ser capaces de hacer sacrificios, a funcionar con metas a largo plazo? La técnica se llama «moldeado» y responde a las siguientes pautas:

- **Ser realistas:** Partir siempre de la realidad. Si nuestros hijos tienen la costumbre de estudiar durante media hora, no podemos esperar que, de la noche a la mañana, empiecen a estudiar cuatro horas diarias. En todo caso, ése podrá ser nuestro objetivo final, pero hay que dar muchos pasos previos para conseguirlo.
- **Ir poco a poco:** Pasar de la nada al todo sólo funciona durante muy poco tiempo. Siguiendo con el ejemplo anterior, la primera semana podemos ponernos como objetivo estudiar 45 minutos, y cuando nos hayamos acostumbrado a esos 45 minutos, podemos proponernos estudiar una hora... No pasa nada por ir despacio si vamos consolidando cada paso.
- **Premiar el esfuerzo:** Es muy importante premiar cada escalón. Cuando uno empieza a sacrificarse para conseguir un objetivo lejano (por ejemplo, seguir una dieta, ponerse en forma, estudiar...) se tarda cierto tiempo en conseguirlo. Esto se traduce en que conviviremos con la parte negativa del sacrificio diario, es decir, notaremos que debemos esforzarnos cada vez. Por ello, tenemos que compensarlo de alguna manera para que podamos aguantar más allá de unos pocos días. Es fundamental regalarse algunas pequeñas recompensas a cada paso (por ejemplo, felicitaciones, alguna celebración...). Si los esfuerzos no consiguen nada a corto plazo, se abandonarán enseguida.

Propuestas para entrenar la fuerza de voluntad de nuestros hijos:

- Expliquémosles cada sacrificio que hacemos, cada vez que tenemos que ser pacientes y a la vez constantes antes de conseguir lo que buscamos. No supongamos que se dará cuenta sin que se lo digamos.
- Felicitémosles cuando se esfuercen por algo, aunque sea un esfuerzo pequeño.
- Pongámosles retos adecuados a sus posibilidades, no dejemos que se acomoden, planteemos situaciones que les supongan un esfuerzo (asequible) para que sientan la satisfacción de esforzarse y conseguir superarse a sí mismos.

CONOCERSE

Para adaptarnos a nuestro mundo es indispensable saber lo que podemos y lo que no podemos hacer. No somos perfectos, todos tenemos unos talentos y carecemos de otros. Y todos aprendemos quiénes y cómo somos a través de lo que los demás nos reflejan de nosotros mismos. Los padres y las madres somos el espejo donde nuestros hijos se miran, y la imagen que les devolvemos resulta fundamental para que se vayan conociendo mejor. Pero no olvidemos que nuestra responsabilidad es devolverles una imagen realista. No les beneficia en absoluto hacerles creer que son alguien que no son en realidad, o que pueden hacer cosas que evidentemente no pueden hacer.

En nuestros días, son frecuentes los mensajes del tipo «puedes conseguir cualquier cosa que te propongas», pero no siempre son verdad. Es evidente que no todo el mundo puede ser neurocirujano o ingeniero aeroespacial. También es cierto, por otro lado, que la ilusión y la motivación pueden ayudar a conseguir muchos retos, y que todos conocemos historias de superación, éxito y logros que a primera vista parecían imposibles. No debemos cortar las alas a nuestros hijos desmotivándoles o dudando de su capacidad, pero tampoco decirles que tienen alas si no disponen de ellas. No hace falta ser perfecto para ser feliz o sentirse competente. Conocerse a sí mismo, saber distinguir dónde están sus capacidades y dónde sus limitaciones, qué se le da bien y qué se le da fatal por mucho que se esfuerce, sin dejar de tener una imagen realista y cariñosa de sí mismo, es fundamental para que nuestros hijos puedan elegir con realismo su futuro profesional.

Hay muchas pequeñas cosas que podemos hacer para que nuestros hijos desarrollen una sana autoestima y una visión realista de sus propios talentos:

- Háblémosles de ellos, digámosles cómo los vemos, qué nos gusta de ellos.
- Transmitámosles que son valiosos aunque algo no se les dé bien y tengan defectos, dejémosles que vean que tampoco somos perfectos.
- No les confundamos: si no hacen algo bien digámoslo con sinceridad y con cariño. No les engañemos: debemos ser un buen espejo.

Para poder crecer es necesario, en primer lugar, conocerse a uno mismo y saber esperar. Eso se consigue tomando conciencia de cuáles son tus deseos y sueños, valorando de qué opciones dispones para satisfacer tus objetivos, y poniéndote manos a la obra para conseguirlos. Ahora

bien, por norma general tenemos que esperar un tiempo para ver cumplidas las metas, así que la valoración realista de las cosas, y la paciencia, son imprescindibles para no comportarnos impulsivamente y para no rendirnos antes de tiempo.

APRENDER A DISFRUTAR

En realidad no necesitamos aprender a disfrutar, todos lo hacemos desde que nacemos. Lo que necesitamos es aprender a fijarnos en cuánto nos hacen disfrutar las cosas. Nuestros hijos pasarán, en el futuro, la mayor parte de su día dedicados a su trabajo. Y aunque no debemos subestimar las necesidades del mercado laboral, elegir una profesión que les guste, un trabajo donde se sientan bien, es sumamente importante para su felicidad futura.

Las fuentes de satisfacción con lo que hacemos pueden venir de fuera (externas) o de dentro de nosotros mismos (internas). Por ejemplo, podemos dibujar porque nos darán un premio por hacerlo bien, o recibiremos dinero a cambio, o porque a mi madre le gusta que dibuje (todos estos son ejemplos de satisfacción que vienen de fuera, una satisfacción externa). O podemos hacerlo porque disfrutamos y nos hace sentir bien (ésta es la satisfacción que viene de dentro: interna).

A la hora de decidir qué profesión elegir, nuestros hijos van a tener en cuenta varios criterios: qué se les da bien, qué creen que otros esperan de ellos, en qué profesión tienen más probabilidades de encontrar trabajo, qué sueldo pueden ganar, cuáles son las condiciones laborales o qué amigos suyos van a elegir lo mismo que ellos, etcétera. Es importante que la satisfacción interna, la que anticipa qué conseguirán con esa o aquella profesión, sea uno de los criterios centrales a tener en cuenta a la hora de elegir sus estudios o profesión. Trabajar en algo que les haga sentirse competentes y que tenga un sentido para ellos más allá del dinero o el éxito, que les motive a crecer y mejorar cada día, que les ayude a sentirse satisfechos y orgullosos de su trabajo, es una excelente oportunidad para conseguir la realización personal y la felicidad. En el fondo, se trata de lo que todos los padres queremos para nuestros hijos.

Para enseñarles a darse cuenta de las consecuencias que anticipan cuando piensan en las profesiones o estudios de su interés podemos hacer lo siguiente:

- Enseñémosles a nuestros hijos a escucharse, a prestar atención a cómo se sienten

cuando hacen algo, a que descubran la motivación interna, la satisfacción que les produce las distintas actividades que realizan. Hagámosles preguntas, que nos cuenten...

- Hablemos con ellos y expliquémosles nuestras motivaciones internas. Cómo nos hacen sentir nuestras actividades, qué nos gusta del trabajo, qué nos lleva a sentirnos satisfechos de nuestra profesión.
- Hablemos también de los obstáculos y barreras que pueden presentarse para conseguir sus metas. Enseñémosles a que planteen posibles soluciones con suficiente tiempo por delante y a buscar creativamente otras alternativas.

APRENDER A SITUARNOS ANTE LOS PROBLEMAS

Nuestro sistema educativo no nos enseña a resolver los problemas de la vida. Los problemas que encontramos en matemáticas cuando estamos estudiando son distintos a los que nos encontramos en la vida real. En el colegio, los problemas siempre tienen una solución correcta y una única manera de «hacer bien las cosas». O lo haces así y obtienes el resultado correcto, o lo estás haciendo mal. Además, para resolverlo, te facilitan todos los datos y la información que necesitas.

Pero todos sabemos que en la vida los problemas son distintos: casi nunca disponemos de toda la información que necesitamos y tenemos que decidir desde la incertidumbre. Por si fuera poco, no hay una única solución correcta ni una única manera de hacer bien las cosas: con cada decisión uno va creando su propio camino, y puede ser tan bueno como el que conseguiría si hubiera decidido otra cosa.

Esto nos lleva a darnos cuenta de que lo primero que hay que hacer cuando tenemos un problema es tranquilizarnos y quitarnos la presión de encima. No se trata de «acertar». No hay una única buena decisión que, de no tomarla, ya no se pueda arreglar. Por eso, tenemos que controlar nuestra tendencia a actuar rápido y sin pensar, movidos por el impulso, y sobre todo nuestra tendencia a no decidir, a estar dudando constantemente. Pero tampoco sirve de nada negar el problema y actuar como si éste no existiera. No olvidemos que siempre hay varias posibles decisiones buenas. Y si nos equivocamos, no será una tragedia: podemos rectificar, corregir y aprender para la siguiente ocasión. Lo bueno está en que, en el camino, nos vamos conociendo y, mientras tanto, vamos viviendo, es decir, adquiriendo experiencia. Los errores son una fuente de aprendizaje necesaria para crecer en la autonomía personal

y la responsabilidad. El camino regala la experiencia que, después que reflexionamos sobre ella, nos lleva a la madurez.

Como padres, en la vida cotidiana familiar, hay muchas cosas sencillas que podemos hacer para enseñarles a afrontar las pequeñas o grandes contrariedades y frustraciones que surgen en la vida social. Algunas propuestas son:

- Compartir con nuestro hijo cómo actuamos y cómo nos sentimos cuando tenemos un problema, qué hemos pensado y cómo hemos decidido actuar.
- No les evitemos problemas ni se los solucionemos: no debemos sobreprotegerlos. Apoyémosles, dando ánimos y quitando angustia y presión.
- Felicitémosles cada vez que hayan intentado solucionar un problema, aunque no les haya salido bien todavía. Podemos ponernos con ellos a buscar otras alternativas y enseñarles a perseverar hasta encontrar el camino correcto.

APRENDER A RELACIONARSE CON RESPETO

Somos seres sociales, vivimos en sociedad y estamos continuamente relacionándonos con otras personas. En el trabajo también. Es fácil que a veces se produzcan situaciones en las que otros intentan imponer su criterio por encima del nuestro, o no nos tratan y respetan como merecemos. En esos casos necesitamos saber defendernos, expresar lo que pensamos y sentimos, con respeto pero con claridad y firmeza. Si nos quedamos callados (aunque enfadados por dentro) para evitar un conflicto, a largo plazo nos sentiremos muy mal, como un «cero a la izquierda». Y si reaccionamos con agresividad también acabaremos sintiéndonos infelices, solos e incomprendidos.

Se puede aprender a pedir y conseguir que nos traten con respeto, es decir, a solucionar los problemas con los demás de forma correcta y sin dañar a nadie. También se puede aprender a no depender de la opinión de los demás, sino a tenerla en cuenta pero mantener nuestro criterio si nos parece correcto. El mejor aprendizaje para la madurez es sentir que «yo soy mi propio juez».

En la vida cotidiana hay muchas cosas que podemos hacer para enseñarles a afrontar los conflictos que surgen en las relaciones con otras personas:

- Mostrémosles que su opinión es importante. Preguntémosles a menudo qué opinan y no despreciemos ninguna de sus opiniones, aunque creamos que están

opinan y no despreciamos ninguna de sus opiniones, aunque creamos que están equivocados.

- Podemos explicarles situaciones en las que hemos resuelto un problema con otras personas hablando con ellas, haciéndonos respetar sin atacar a nadie.

Tan importante como saber qué queremos conseguir es saber aceptar las dificultades y los reveses. Por ello no sólo es necesario tener paciencia, y entender que no todo sale a la primera, sino saber adaptarse a las circunstancias. Más aún: disfrutar del camino, incluso de lo inesperado, es el mayor regalo que nos podemos hacer a nosotros mismos. Con tranquilidad, perseverancia, y respeto a los demás y a nosotros mismos, lo pasaremos bien mientras trabajamos por nuestros propósitos, y así sacaremos el mayor beneficio de nuestro esfuerzo y del apoyo de los que nos rodean.

SEGUNDA PARTE

Trabajar en el siglo XXI: habilidades necesarias

Como padres, seguro que damos importancia al hecho de que nuestros hijos aprendan inglés, que tengan un buen hábito de estudio o que mejoren sus calificaciones asistiendo a clases de refuerzo de matemáticas, o, simplemente, valoramos que se esfuercen en la práctica de algún deporte. Pero todo eso, ¿garantiza que vayan a conseguir reconocimiento profesional en el futuro?

Más allá de que no hay recetas mágicas, porque en un mundo laboral siempre cambiante no podemos subestimar un factor indiscutible de azar y suerte, disponemos de varios modos de preparar mejor el futuro laboral de nuestros hijos. Por ejemplo, su éxito profesional y personal dependerá en gran medida de la capacidad que tengan para desarrollar y aprovechar sus múltiples inteligencias, que como veremos en el capítulo siguiente incluyen la lingüístico-verbal, la lógico-matemática, la visoespacial, la corporal-cinestésica, la musical, la naturalista, la interpersonal y la intrapersonal. ¿Cuántas de ellas practican nuestros hijos en el colegio? ¿Cómo facilitamos su desarrollo desde la familia? En el capítulo cuarto encontraréis más información.

Por otra parte, generar emociones positivas en su entorno y su habilidad para ponerse en el lugar de otra persona les será imprescindible cuando tengan que lidiar con problemas en el trabajo. En el capítulo quinto encontraréis información sobre aquello que deberíamos saber como padres para favorecer el desarrollo de las competencias socioemocionales de nuestros hijos. ¿Cómo ayudar a nuestros hijos para que tomen la mejor decisión teniendo en cuenta lo que les digan sus emociones?

Si el mundo es ya un lugar global, interconectado, donde los viajes se realizan tanto por trabajo como por turismo, debemos considerar algunos factores que pueden tener importancia en el aprendizaje de nuestros hijos. A los valores interculturales y la competencia intercultural y de internacionalización dedicamos el capítulo sexto, en el que también os informaremos de algunas maneras divertidas y familiares de aprender sobre otras culturas.

Finalmente, en la sociedad de la información, donde los trabajos están cada vez más informatizados y las redes sociales a la orden del día, será necesario que nuestros hijos sepan desenvolverse en esta nueva sociedad digital. Ellos tienen la suerte de haber nacido, como quien dice, con un teclado bajo el brazo, pero ¿de qué manera podemos potenciar sus habilidades en este campo y enseñarles a cuidar su «reputación digital»? De todo ello hablaremos en el capítulo séptimo.

4. Descubrir las múltiples y secretas inteligencias de nuestro hijo

Muchas de las personas distinguidas con reconocimientos y premios (biólogos, médicos, escritores, economistas y pintores, etcétera) no fueron premiadas del mismo modo por el sistema educativo tradicional. Este sistema parece valorar sólo dos tipos de capacidad: la lingüística y la matemática. Sin embargo, sabemos que la vida familiar, social y profesional es mucho más compleja y rica que los conocimientos que nuestros hijos puedan adquirir en esas materias escolares.

Llegados a la adolescencia, una etapa en la que se manifiestan cambios significativos en la personalidad de nuestros hijos y en la que se deben construir pilares sólidos para una identidad que se irá manifestando en elecciones académicas y profesionales, la pregunta por su «inteligencia» es muy común. ¿Serán capaces de vivir con seguridad y autonomía su propia vida? ¿Tienen las habilidades para transitar hacia el mundo de los adultos? ¿Cómo saberlo?

En este capítulo vamos a familiarizarnos con información que nos revela que no podemos fijarnos sólo en los resultados académicos para determinar si nuestros hijos son o no inteligentes. Para empezar, nosotros, madres y padres, somos los primeros y principales educadores. Jugamos un enorme papel respecto a las trayectorias y decisiones profesionales de nuestros hijos, y no sólo por los condicionantes económicos: la principal influencia es la que se refiere a las actitudes y los valores.

Pero, además, nuestra mente es mucho más poderosa de lo que creíamos. La Teoría de las Inteligencias Múltiples de Gardner (2012) nos presenta la posibilidad, entre otras muchas, de tomar decisiones profesionales más abiertas y acordes con el potencial de talentos que nuestros hijos llevan dentro. Nuestra tarea como padres consiste en guiarles para que puedan descubrirlo. A partir de esta teoría podremos ayudar a nuestros hijos a conocerse, primero, y a relacionar, después, sus propias habilidades con campos profesionales concretos.

La Teoría de las Inteligencias Múltiples de Howard Gardner (2012) es una herramienta muy valiosa para ayudar a encontrar la vocación profesional de nuestros hijos. Gardner la presentó en 1983 y la sintetizó en 2012. Sus estudios defienden que tenemos una mente extraordinaria: más allá de las palabras y los números, ¡poseemos ocho inteligencias! Para ser reconocidas como tales, como inteligencias, han tenido que superar ocho tipos de pruebas científicas.

Las inteligencias son potenciales de gran utilidad en nuestra vida: en las relaciones, en los estudios y en el ejercicio profesional. Nos permiten comprender, construir conocimientos, comunicar información, tomar decisiones, forjar proyectos y crear productos.

El desarrollo de nuestras inteligencias no depende sólo de la herencia; las inteligencias pueden construirse y desarrollarse, y a veces pueden estancarse. Eso depende también del medio y de las experiencias que se ofrecen en la escuela, en la familia y en el entorno vital. Por eso es tan importante nuestro papel, que va más allá de los meros genes. Debemos cooperar para que se enriquezcan en el día a día: con nuestras actitudes y estímulos, con nuestra forma de tratar y responder a sus actuaciones, con nuestra forma de valorar sus proyectos y sus resultados.

¿CUÁLES SON LAS OCHO INTELIGENCIAS?

Según Howard Gardner, son las siguientes:

- **Lingüístico-verbal:** Hablar, escuchar, leer y escribir. Esencial en nuestras relaciones, basadas en la comunicación con la palabra.
- **Lógico-matemática:** Trabajar con números y operaciones, calcular el tiempo, dinero, distancias, esfuerzo, etcétera, reflexionar sobre las causas y las consecuencias de lo que sucede, plantear y resolver problemas.
- **Viso-espacial:** Orientarnos en el espacio, determinar trayectorias, distinguir formas, tamaños, colores, posiciones, calcular distancias.

- **Corporal-cinestésica:** Expresarnos con el cuerpo, entender lo que otros nos quieren decir con él, construir y transformar objetos.
- **Musical:** Captar y expresarnos con todo un universo de sonidos y sus cualidades, con la voz e instrumentos.
- **Naturalista:** Captar y comunicar sobre el cuerpo humano y la naturaleza: el suelo, el paisaje, el cielo, las plantas, los animales.
- **Interpersonal:** Entender a los otros, relacionarnos con ellos, cooperar: saber quiénes son, qué sienten, qué quieren, qué necesitan.
- **Intrapersonal:** La central, la que nos da nuestro mapa interior: quiénes somos, cuáles son nuestros puntos fuertes, nuestros puntos débiles, etcétera; cómo aprovechar unos y superar otros, qué decisiones debemos tomar, qué repercusiones tendrán.

¿CÓMO SE MANIFIESTAN LAS OCHO INTELIGENCIAS?

A continuación vamos a describir sus poderes, sus capacidades, lo que permite y facilita cada una de ellas... en una palabra: su retrato. Ahora bien, una advertencia: Jamás debemos emplear la observación de estos rasgos para etiquetar una inteligencia de manera inamovible. Nunca consideraremos estos parámetros como una foto fija y rígida. Nos muestran un momento de la situación, del contexto y de la evolución. La mirada ha de ser constructiva y evolutiva. Es decir:

- Si muestra un rasgo positivo, ¡a por ello!, hay que reafirmarlo.
- Si todavía hay pocas evidencias en un rasgo, seguiremos perseverando, vamos a buscar y proponer alternativas para que se acerquen a él, para que lo construyan.

Como hemos dicho, no hay que usarlas como etiquetas, pues en ese caso pueden convertirse en una profecía que se cumple a sí misma («no valgo para...»). Esto, en el caso de habilidades no desarrolladas en un primer momento, puede terminar entorpeciendo una evolución positiva posterior. En definitiva, vamos a identificar

comportamientos para comprender, para vislumbrar nuevos horizontes y construirlos llegado el caso.

Paso 1 - Los rasgos de las inteligencias: sus indicadores

A continuación describiremos una lista de indicadores de cada una de las habilidades. Para poder utilizarlas a la hora de analizar nuestro entorno, podemos escribir, al lado de cada una de ellas, uno de estos símbolos:

- S (siempre)
- F (frecuentemente)
- A/V (a veces)
- N (nunca)

Preferimos los símbolos a los números porque, en vez de cuantificar o, peor aún, juzgar las capacidades de nuestros hijos, nuestro objetivo es averiguar la relación entre sus intereses u orientación y el desarrollo de sus capacidades, sin perder de vista que, en caso de faltar, dichas capacidades pueden construirse. Con este sistema conoceremos y comprenderemos si las habilidades se manifiestan o no. Además este sistema nos permite realizar una estimación sencilla sobre su grado de evolución en nuestros hijos. Al hacer los registros, podremos comprobar con facilidad el dominio de las habilidades de cada inteligencia y su desarrollo general.

INDICADORES INTELIGENCIA LINGÜÍSTICA				
	S	F	A/V	N
Capta la atención de los otros (familia, iguales, adultos), con el empleo de la palabra (vocabulario apropiado y lenguaje expresivo).				
Tiene buena memoria para los datos de cultura general, los relatos y las anécdotas.				
Participa activamente en diálogos, debates y conversaciones.				
Inventa y comunica con facilidad distintos tipos de relatos (de personas, viajes, trabajos, animales).				
Presta atención a palabras, expresiones, informaciones y las incorpora en su discurso.				
Lee y comprende diferentes tipos de texto (cuentos, novelas, libros de texto, anuncios, noticias, etc.).				
Participa eficazmente en juegos de lenguaje (trabalenguas, retahílas, rimas, crucigramas, sopas de letras).				
Escribe cartas, notas y relatos y transmite adecuadamente ideas, emociones y experiencias.				

INDICADORES INTELIGENCIA LÓGICO-MATEMÁTICA				
	S	F	A/V	N
Manipula objetos y materiales de distinto tipo con intención de contar, ordenar, comparar, clasificar, pesar y medir.				
Identifica e interpreta números en diversos contextos (transportes, direcciones, fechas, tallas, precios, descuentos, ubicaciones, horarios, información económica, histórica, social, cultural, deportiva).				
Recuerda números y datos estadísticos con facilidad (fechas, precios, asistentes, habitantes, resultados deportivos, distancias).				
Resuelves enigmas, adivinanzas y juegos matemáticos.				
Se pregunta por las causas de los sucesos («ocurre porque...»).				
Se pregunta por las consecuencias de los sucesos («puede ocurrir que... a...»).				
Resuelve situaciones problemáticas y realiza cálculos con rapidez.				
Organiza información en cuadros y gráficos.				
Investiga y comprende el funcionamiento de los ordenadores.				

INDICADORES DE LA INTELIGENCIA VISO-ESPACIAL				
	S	F	A/V	N
Resuelve puzles y laberintos con facilidad.				
Recuerda colores, tamaños, rostros, objetos y escenarios en diferentes lugares y circunstancias (posiciones, distancias).				
Tiene en cuenta, en sus dibujos, esculturas y maquetas, aspectos relativos a la forma, el color, el tamaño, la proporción, el equilibrio.				
Analiza y valora obras plásticas considerando criterios de calidad relacionados con el empleo del color, el tamaño, la perspectiva, la proporción, etc.				
Interpreta correctamente mapas y planos (ubicación, recorridos, trayectorias, distancias).				
Diseña mapas y planos de manera precisa, ordenada, rigurosa.				
Reconoce patrones en el entorno y en obras plásticas (líneas, rectángulos, cuadrados, círculos).				
Utiliza ilustraciones (figuras, señales) para estudiar y recordar con más facilidad.				

INDICADORES INTELIGENCIA CORPORAL-CINESTÉSICA				
	S	F	A/V	N
Imita expresivamente gestos y movimientos de personas (familiares, amigos, profesores) y de profesionales (deportistas, actores, humoristas, bailarines).				
Montar y desmontar objetos con facilidad.				
Realiza, con destreza, obras (modelado, cerámica, pintura...) que suponen experiencias táctiles.				
Mantiene el equilibrio y el control en movimientos y desplazamientos para conseguir fines concretos (construir, modelar, trazar, alcanzar, depositar en, extraer de).				
Comunica eficientemente, con gestos y movimientos, ideas, preguntas y emociones.				
Emplea, en juegos, deportes y bailes, los movimientos apropiados para una determinada finalidad (lanzar, recibir, alcanzar, sobrepasar, sortear, ajustar, acoplarse...).				

INDICADORES INTELIGENCIA MUSICAL				
	S	F	A/V	N
Recuerda y reproduce con facilidad melodías escuchadas.				
Se interesa por escuchar distintos tipos de obras musicales en diferentes momentos y lugares.				
Tararea, canta y se mueve al ritmo, de manera espontánea, mientras realiza distintas tareas.				
Interpreta con instrumentos y/o la voz melodías y canciones destacando, en la ejecución, la letra, el ritmo y la entonación.				
Identifica instrumentos musicales y sus características e «inventa» creativamente otros con cualquier tipo de objeto.				
Reconoce e imita con facilidad las voces y los sonidos de personas, objetos, animales y fenómenos de la naturaleza.				
Distingue instrumentos y voces que se escuchan al mismo tiempo.				
Compone melodías, poesías y canciones.				
Recuerda distintos tipos de informaciones y datos formando canciones con ellos.				

INDICADORES INTELIGENCIA INTERPERSONAL				
	S	F	A/V	N
Se integra eficazmente en situaciones que le permiten conocer y relacionarse con otros (conversaciones, trabajo en equipo, juegos, proyectos sociales, etc.).				
Interpreta las actitudes y comportamientos de diferentes personas en distintas situaciones (juegos, trabajos, viajes, fiestas, deportes, películas).				
Se muestra y es aceptado como líder «natural».				
Los otros (compañeros, adultos) muestran interés y deseo por su compañía.				
Se sitúa en el lugar de los otros (empatiza): qué les gusta, qué sienten, qué piensan.				
Expone lo que piensa y siente sin molestar, herir o irritar (de manera asertiva).				
Se relaciona eficazmente con personas de diferentes edades y en distintos contextos (adapta las palabras, estética y vestido, voz, gestos, posturas, movimientos, distancias).				

INDICADORES INTELIGENCIA NATURALISTA				
	S	F	A/V	N
Plantea preguntas relacionadas con las características y el funcionamiento de los objetos.				
Analiza y estudia el cuerpo humano: sus partes, su funcionamiento, su cuidado, la salud y la enfermedad.				
Analiza y valora el estado, las características y necesidades propias de distintos tipos de animales.				
Analiza y valora el estado, las características y necesidades propias de distintos tipos de plantas.				
Identifica cualidades y características propias de fenómenos atmosféricos (lluvia, viento, granizo, nieve).				
Participa activamente en proyectos relacionados con la naturaleza (estudio del paisaje, observación de aves, de especies a preservar).				
Emplea, en el estudio de la naturaleza estrategias propias del trabajo científico: problemas, hipótesis, observación y experimentación, recogida de datos y estudio, comparación, clasificación y conclusiones.				

INDICADORES INTELIGENCIA INTRAPERSONAL				
	S	F	A/V	N
Mantiene la atención y el esfuerzo en el desarrollo de los trabajos.				
Reflexiona sobre lo que hace, siente o dice.				
Reconoce las emociones (alegría, tristeza, miedo, etc.) que siente y sus razones.				
Reconoce sus cualidades y sus defectos más destacados (sus habilidades y debilidades).				
Atiende, con interés, las orientaciones para aprovechar sus cualidades y equilibrar sus errores (qué hacer para mejorar en deportes, relaciones, trabajos).				
Propone soluciones para problemas (juegos, trabajos, viajes, comidas, proyectos, regalos, etc.).				
Muestra iniciativa buscando recursos para llevar a cabo proyectos (con quién, con qué, dónde, cuándo, por qué, qué pasará).				
Expresa con seguridad y flexibilidad sus ideas.				
Se recupera (muestra resiliencia) tras vivir situaciones que supongan disgusto, dolor, fracaso, contrariedad o frustración.				

Además de que nos ayudan a resolver situaciones complicadas en el colegio, en la vida social y en la vida familiar, esas habilidades pueden servir como indicadores para orientar a nuestros hijos sobre qué estudiar, para entender qué inteligencias necesitan ciertas profesiones y cuáles se precisan en otras. Si ya hemos rellenado la frecuencia con que aparecen las habilidades de nuestros hijos (su grado de evolución), podemos relacionarlas a modo de orientación con las profesiones siguientes:

- **Lingüístico-verbal:** Guionista, editor, profesor, bibliotecario, poeta, novelista, logopeda, presentador de programas, traductor, periodista, locutor, político, abogado, agente comercial, publicista...
- **Lógico-matemática:** Contable, controlador aéreo, perito, auditor, economista, filósofo, analista de datos, informático, ingeniero, tesorero, matemático, profesor, estadístico, agente de bolsa, especialista en comercio...
- **Viso-espacial:** Publicista, dibujante de animación, arquitecto, decorador, cartógrafo, ilustrador, cámara, director de cine, diseñador (moda, muebles, paisajes), fotógrafo, topógrafo, urbanista, escaparatista, taxista, piloto, artista plástico...
- **Corporal-cinestésica:** Actor, actriz, mimo, gimnasta, bailarín, coreógrafo, masajista, peluquero, carpintero, cirujano, profesor, acróbata, fisioterapeuta, sastre, deportista...
- **Musical:** Especialista en sonido, compositor, director de orquesta, director de coro, productor musical, profesor, letrista, musicoterapeuta, disc-jockey, intérprete...
- **Naturalista:** Veterinario, astrónomo, biólogo, agricultor, jardinero, diseñador de paisajes, ganadero, meteorólogo, granjero, fotógrafo, guarda forestal, vulcanólogo, abogado medioambiental, cocinero, frutero, pescadero, médico...
- **Interpersonal:** Sociólogo, político, árbitro, publicista, entrevistador, consejero, entrenador, líder (empresa, política, social), abogado, presentador, comercial, recepcionista, orientador, psicólogo, psiquiatra, enfermero, trabajador social...
- **Intrapersonal:** Orientador, filósofo, detective, empresario, director (cine, teatro, orquesta), entrenador, inventor, consejero moral, terapeuta, psiquiatra, psicólogo, trabajador autónomo, teólogo, trabajador social, médico...

Paso 2 - Pensar y contrastar con nuestros hijos

Ahora es el momento de que nuestros hijos sigan, paso por paso, lo que hemos hecho en los últimos minutos. Debemos mostrarles los tipos de inteligencias y que determinen ellos mismos su valoración en cada rango. Eso les ayudará a progresar en su autoconocimiento. Después podemos contrastar nuestras valoraciones con las suyas. La comparación entre el cómo se ven y el cómo les ven les dará una imagen más ajustada de sí mismos. Claro, siempre hay que adoptar una visión constructiva, así que si hay alguna habilidad que no está muy desarrollada, ¿qué podríamos hacer para potenciarla?

Una vez ya se conozcan mejor, buscad conjuntamente en el cuadro de relación entre inteligencias y profesiones aquellas que se adecúan, en mayor medida, a las habilidades que manifiestan nuestros hijos tras las observaciones y el contraste. Naturalmente que si uno se detiene a reflexionar, se dará cuenta de la complejidad de las profesiones, lo cual implica dejar claro que un buen desempeño requerirá de varias habilidades simultáneamente. Es posible extraer varios tipos de conclusión: pensemos en cuál es la situación actual, qué habilidades están más desarrolladas, si les interesan las profesiones para las que están más preparados y, si no, cuáles habría que explotar más...

La Teoría de las Inteligencias Múltiples ofrece una visión optimista sobre la riqueza de las habilidades de nuestros hijos. Descubrirlos permite ayudar a mejorar su orientación académica y profesional y, junto con la personalidad y los intereses de nuestros hijos, entre otros factores, permite enriquecer y ampliar nuestras ideas y opiniones sobre la Orientación Profesional más adecuada para ellos. No perdamos de vista que un desempeño profesional y académico excelente siempre necesitará un desarrollo equilibrado en habilidades de distintas inteligencias.

5. Competencias socioemocionales y empleabilidad

Hay una cita de Abraham Lincoln que resume bastante bien la relación entre emociones y empleabilidad: «Dame seis horas para cortar un árbol y pasaré las primeras cuatro afilando el hacha». El que fuera presidente de Estados Unidos se refería a que, a la hora de ejercer cualquier profesión, más allá de la serie de conocimientos teóricos y las competencias de rigor, también es necesario analizar qué estamos haciendo bien y mal, no sólo con nuestra actividad sino como personas complejas y ricas. «Afilarse el hacha» implica utilizar y potenciar al máximo nuestros recursos, de tal manera que nos permitan conseguir objetivos laborales y personales. Por ejemplo, si queremos tener éxito como coordinadores de un departamento, más allá de seguir el calendario de tareas y ayudar a cada empleado a alcanzar los objetivos profesionales, debemos «afilarse» el lado humano de nuestros trabajadores.

¿Cómo somos con nuestros compañeros? Ser amables, ayudar a los otros, escuchar sus problemas, anteponer sus necesidades, ser empáticos... Los compañeros y jefes con los que nos toque trabajar valorarán muchísimo estos ingredientes, que se conocen como «salario emocional». Se trata de otro tipo de ventajas y beneficios psicosociales (compañerismo, buen trabajo, clima positivo, relaciones interpersonales adecuadas...) que el trabajador percibe en su trabajo y que hacen que no se plantee ni por un momento cambiar de profesión. La mayoría de profesionales considera que invertir en capacitarnos a nivel socioemocional es una «pérdida de tiempo». Sin embargo, dejar pasar la maravillosa oportunidad de superarnos como seres humanos y de ser mejores profesionales es algo que los expertos en recursos humanos tienen cada día más en cuenta para la contratación.

IMPORTANCIA DE LAS COMPETENCIAS SOCIOEMOCIONALES

En ocasiones nos preocupa que nuestros hijos tengan la mejor educación que podamos ofrecerles, y que se matriculen en un centro de prestigio, y sin embargo dejamos de lado aspectos socioemocionales básicos. Tanta especialización, ya sea en los Ciclos de Formación Profesional como en los Grados universitarios, está provocando que olvidemos los conocimientos y habilidades que son comunes a cualquier persona y que constituyen la base inherente de un «gran profesional». Por ejemplo, saber reconocer a los demás (decir «buenos días», «¿qué tal la semana, Luis?»); saber apreciar el valor de los otros en su labor («has hecho un gran trabajo»); reconocer que no siempre somos perfectos («admito que el error fue mío»); apreciar los conocimientos y aptitudes de los demás («¿cuál es tu opinión?»); reconocer el trabajo en equipo («nosotros hemos conseguido...») más que el individual («yo conseguí...»); ser educado en el trato con las personas («¿me podrías hacer este favor?»), valorar y reconocer la ayuda de los demás («muchas gracias por tu colaboración»), etcétera.

En todas estas expresiones y conductas habituales subyacen una serie de habilidades y competencias básicas para navegar por el complejo mundo de las relaciones interpersonales. Los padres debemos cultivar esas competencias porque son habilidades clave para facilitar su empleabilidad: determinan la forma de trabajar, la actitud hacia el empleo y la vida, o el modo de relacionarnos con los demás... Más aún, numerosas investigaciones en psicología del trabajo indican que estas competencias hacen que el rendimiento de un trabajador sea muy superior al de otro con los mismos conocimientos técnicos pero sin dichas destrezas.

¿Cómo se desarrollan estas capacidades? Principalmente a través de la experiencia directa, por medio de instrucciones durante el proceso de socialización en casa y en el aula, y por imitación de modelos valiosos (lo que se llama aprendizaje vicario). ¿Y en qué consisten exactamente? Las podemos separar en siete grupos, que serían las siete notas musicales emocionales para componer un buen trabajo en el pentagrama de la vida.

- **La autopercepción y la expresión emocional:** Reconocer cómo nos sentimos, qué nos hace felices y qué nos entristece, es el primer paso para aceptarnos y querernos tal como somos, con nuestras grandezas y nuestros defectos.
- **La percepción emocional de los otros:** Ser una persona cercana, atenta a las

cualidades más valoradas por los compañeros de trabajo.

- **La comprensión emocional:** Cuando no está en nuestra mano cambiar algún aspecto en el puesto de trabajo (mal carácter del jefe, envidia o desidia de los que te rodean) basta con entender las causas de la situación para adaptarnos mejor a ella, aceptarla con serenidad y no amargarnos en el día a día.
- **La empatía:** En un mundo laboral en el que predominan la tecnología y las prisas, y en el que apenas nos detenemos a atender a los demás, es necesario que haya gente dispuesta a «perder el tiempo» escuchando a los otros, poniéndose en su lugar y comprendiendo qué les pasa.
- **La facilitación emocional:** Nuestras emociones nos ayudan a realizar mejor ciertas tareas o a tomar decisiones de forma más equilibrada.
- **La regulación emocional:** Pasamos muchas horas en el trabajo; nos sometemos a muchas exigencias, algunas de carácter urgente, y nos demandan roles y desempeños muy variados, así que es necesario no dejarnos arrastrar por el agotamiento, las emociones negativas y las tensiones que inevitablemente se producen.
- **El manejo interpersonal:** Nos relacionamos con personas tan diferentes, pero a la vez tan necesarias, que se alcanzan mejores resultados creando un clima laboral e interpersonal positivo que centrándose exclusivamente en alcanzar los propios objetivos, pasando por encima de trabajadores y compañeros.

La gestión de las propias emociones es imprescindible para rendir en el entorno profesional. Para ello hay que saber reconocer cómo nos sentimos; ser capaces también de entender cómo se siente otra persona y poder ponernos en su situación; empatizar y relacionarse en consecuencia, sabiendo que no estamos hechos de piedra y que las emociones impregnan cada segundo de nuestras relaciones personales y profesionales.

ASPECTOS A TRATAR Y DESARROLLAR

Teniendo en cuenta que estas siete capacidades interpersonales descritas

Teniendo en cuenta que estas siete capacidades interpersonales descritas anteriormente pueden desarrollarse y entrenarse, señalamos a continuación algunos aspectos a destacar:

- En cuanto a la **autopercepción y la expresión emocional**, es conveniente reconocer lo que estamos sintiendo y saber expresarlo de manera adecuada. A veces eso resulta complicado por la presión a la que estamos sometidos, pero igualmente debemos aceptar que a veces las situaciones nos sobrepasan y, cuando eso ocurre, es importante saber verbalizar lo que estamos sintiendo en nuestro interior. Eso nos ayuda a tomar conciencia y distancia y a buscar maneras de desahogarnos, ya sea hablando con alguien o descansando.
- En relación con la **percepción emocional** de los otros, es imprescindible no fijarse sólo en aquello que nos dicen con las palabras, sino también en lo que nos comunican con sus gestos, sus miradas, los movimientos de sus manos o la posición de su cuerpo. Ello nos ayudará a comprobar la veracidad de sus palabras sobre su estado emocional y nos convertirá en una persona receptiva a las verdaderas necesidades de los compañeros.
- Al hablar de la **comprensión emocional**, nuestros hijos deben entender que es posible sentir odio y alegría por la misma persona, o que a veces no es fácil reconocer la causa de por qué nos sentimos de una determinada manera. En el desempeño de una profesión son muchas las alegrías y sinsabores que experimentamos, y quizá incluso con aquellos con los que convivimos a diario.
- Sobre la **empatía**, siempre pensamos que el jefe o el profesor deberían ponerse en nuestro lugar para comprender por qué no alcanzamos los objetivos o por qué no cumplimos con las expectativas que se habían formado sobre nosotros. Sin embargo, nuestros hijos han de comprender que también ellos deben ser capaces de mostrar esta habilidad, tratando de entender que el jefe también tiene sus motivos para enfadarse o para exigir más.
- Con la **facilitación emocional** nos referimos a la habilidad para tener en cuenta los sentimientos cuando razonamos o solucionamos problemas, y cómo las emociones nos ayudan a focalizar la atención en aquello que es relevante a la hora

perspectiva, la formación de juicios y la consideración de nuevos puntos de vista de los problemas como consecuencia de sus continuas fluctuaciones. Por eso es bueno ayudarles a que analicen qué estado de ánimo les vendrá mejor para llevar a cabo la tarea que tienen que realizar. Ejemplos: pensar antes de actuar, tomarse unos minutos antes de reaccionar, mentalizarse antes de un examen...

- Al hablar de la **regulación emocional**, ayudémosles a que sean capaces de crear situaciones en las que predominen las emociones positivas y sepan mitigar las negativas. Ya sea con el grupo de amigos, del deporte o de cualquier actividad que les haga sentir bien, es importante enseñarles que no presten demasiada atención a lo que les molesta, porque pensar continuamente en ello puede resultar contraproducente. Al contrario, lo que incomoda (como un error cometido) tiene que convertirse en una ocasión para reafirmarse y demostrar que somos capaces de hacerlo mejor la próxima vez. Hay una palabra para eso: autoconfianza.
- En cuanto al **manejo interpersonal**, hay que procurar que los hijos aprendan a resolver conflictos de forma positiva. El adolescente con altos niveles de manejo interpersonal sabe cómo calmarse y dominar su tensión y malestar ante algún compañero de instituto; también sabe mostrarse tranquilo y seguro y no se deja llevar por la sensación de desbordamiento. En las empresas, las personas que son capaces de crear un clima positivo son muy valoradas.

TRES ACTIVIDADES

No olvidemos que los malentendidos y las críticas son pan de cada día en todos los puestos de trabajo. Por otro lado, los adolescentes se muestran muy sensibles ante la falta de aprecio de amigos y familiares. Se sienten heridos cuando no son tenidos en cuenta. Como padres, podemos aprovechar estas circunstancias para ir entrenando el modo eficaz de afrontarlas. ¿Cómo reaccionan cuando hablan mal de ellos, cuando se les critica, cuando les acusan de algo que no han hecho...? Si, por ejemplo, la pandilla no avisa a los jóvenes de una salida, por lo general los hijos reaccionan con tristeza, con rabia e incluso con violencia verbal. Sin embargo, será bueno que para empezar les ayudemos a expresar la situación que están viviendo. Para no dejarse llevar por las consecuencias negativas de esas emociones, tratarán de comprender por qué sus

consecuencias negativas de esas emociones, tratarán de comprender por qué sus compañeros han actuado así, relativizando el pensamiento que les causa tristeza (ejemplo: cambiar el pensamiento «no les caigo bien a mis amigos» por «ha habido un fallo a la hora de avisarme»). Se les puede hacer ver que la mejor manera de solucionarlo es dialogar con los amigos de manera tranquila y sin echarles nada en cara, proponiendo soluciones alternativas para el futuro.

Desde que nos levantamos por la mañana, tomamos decisiones a cada rato. Unas veces no implican grandes consecuencias (ejemplo: qué me pongo hoy), pero en otras suponen cambios sustanciales en nuestra vida (ejemplo: cambiar de trabajo con mejor remuneración económica pero con una jornada laboral más larga, o mudarme a otro país para subir de categoría en la empresa). Pues bien, las decisiones no se toman únicamente de modo racional, sino que podemos obtener información de nuestros estados de ánimo para actuar en un sentido u otro. En otras palabras: sentir ansiedad o inseguridad ante una situación laboral desconocida es algo normal. Afrontar lo novedoso como un reto, en vez de como un obstáculo insalvable, es algo que podemos enseñar a los jóvenes. ¿Qué acontecimientos son los más adecuados? Cambiar de instituto para poder realizar la especialidad de FP que me interesa, realizar FP Dual o estudios universitarios en una localidad diferente a la que se vive, o ir a una ciudad extranjera durante el verano para practicar un idioma...

Finalmente, la relación con los compañeros es uno de los elementos fundamentales en la satisfacción que experimentamos en nuestro trabajo, hasta el punto de que podemos llegar a hacernos amigos de verdad o, por el contrario, convertirnos en mutuo motivo de sufrimiento diario. Por eso es recomendable aprender a cuidar las relaciones con ellos. El primer paso para lograrlo es caer en la cuenta de qué sentimientos tienen en un momento determinado. Y ello sin necesidad de preguntarles, sino sólo con atender a lo que expresan con su mirada, con sus gestos, incluso con su silencio. Ser capaces de percibir la emoción que los demás están sintiendo nos hará más sensibles a sus preocupaciones, pues estaremos interesándonos en ellos, o bien podremos participar de su alegría. Nuestros hijos pueden adquirir esta habilidad cada día, tratando de conocer qué estamos sintiendo cuando les contamos algo que nos ha pasado durante el día o bien preguntando directamente a un amigo: «Tengo la impresión de que estás contento/triste hoy, ¿me equivoco?».

El éxito profesional y personal depende, en gran medida, de la capacidad que cada persona

hijos, empezando por la autopercepción y la expresión emocional, pasando por la percepción emocional de los otros, cuán comprensivos o empáticos son, para acabar en la facilidad para controlar sus emociones, saber servirse de ellas cuando convenga e interactuar con los demás.

6. La competencia intercultural y de internacionalización

Con cierta frecuencia escuchamos aquello de que «en España se vive mejor que en cualquier otro lugar del mundo». El mejor vino es el español; la belleza de sus playas, insuperable, al igual que su gastronomía. Y el clima es único, como lo es su riqueza artística y cultural. Tales afirmaciones, más que de resultados comparativos de personas muy viajadas y conocedoras de medio mundo, provienen en general de gente que, justo al contrario, no ha salido de su entorno local, regional o, como mucho, nacional. Son, en realidad, prejuicios basados en el desconocimiento de cualquier otro país, cultura o sociedad diferente a la suya propia. Reflejan la expresión de que nos creemos el ombligo del mundo, precisamente porque no somos capaces —o no queremos— mirar más allá de nuestro propio ombligo.

Con la crisis económica, que ha afectado con especial fuerza a nuestro país en los últimos años, hemos hablado más que antes de movilidad laboral internacional. Muchos de nosotros conocemos alguna ingeniera que se ha ido a Alemania, a un enfermero que vive en el Reino Unido o incluso trabajadores de la construcción que han encontrado oportunidades en Angola o los estados de la región del Golfo. La crisis ha puesto de manifiesto que la globalización influye, naturalmente, también al mercado laboral. Eso, claro está, ofrece grandes oportunidades para aquellos que saben cómo prepararse adecuadamente, que son capaces de adaptarse a estos cambios o de anticiparlos.

Por lo tanto, al margen de lo que un profesional debe saber de su propio oficio, la competencia más demandada en este mercado laboral global es la competencia intercultural. Internacionalizarnos significa entrar en contacto con personas que hablan, piensan, actúan de forma diferente a la nuestra. La capacidad de entenderlos, no sólo a nivel lingüístico sino de forma integral, es decir, con su cultura, con su sistema de valores, etcétera, es indispensable para trabajar con ellos en equipos multinacionales. La capacidad de relacionarse con éxito con otros países, otras organizaciones y personas depende en buena medida de si se poseen las competencias

interculturales y de lenguas extranjeras necesarias para construir vínculos productivos, tanto en sectores privados (comercio o inversiones) como en el ámbito público de la administración nacional o los organismos internacionales.

Pero también para aquellos futuros jóvenes profesionales y muy especialmente para aquellos que han realizado Ciclos de FP o de FP Dual y que todavía no se ven trabajando en el extranjero, la capacidad de relacionarse y comunicarse correctamente con personas de otras lenguas y culturas va a ser imprescindible.

¿QUÉ DEBEMOS TENER EN CUENTA?

Las cosas grandes empiezan por lo pequeño. Así, la competencia intercultural no se construye única y principalmente con el aprendizaje de idiomas. Las lenguas son una herramienta más bien técnica que permite comprender y hacernos entender a nivel lingüístico. La habilidad intercultural debe construirse poco a poco y desde los cimientos más profundos, como si de un edificio se tratase. Debemos tener en cuenta estas seis claves:

1. Conocer y valorar la propia cultura, tradición y lengua

Poder abrirse a otras culturas requiere, en primer lugar, tener una conciencia de nuestra propia identidad cultural. Saber cuál y cómo es nuestra cultura, sociedad y religión, conocer bien la propia lengua y respetar nuestro sistema de valores. Formamos parte de una tradición cultural, de pensamiento y de valores que, aunque no hayamos elegido conscientemente, debemos entender como aquello que nos otorga identidad, una identidad que también es reconocible para aquellas personas que forman parte de una cultura diferente.

Sólo teniendo identidad propia podemos reconocer identidades diferentes. Preocupémonos, pues, para empezar, de tener una educación sólida en lo propio. Atendamos primero a la historia y la lengua española y a la propia Comunidad Autónoma. Después estudiemos la historia universal y los demás idiomas. Por ejemplo, leamos a Platón y a Aristóteles seguidos de Confucio o Zaratustra, y no al revés. Entendamos el cristianismo, el judaísmo y el islam como expresión de nuestra cultura —aunque no profesemos necesariamente dichas religiones— para interesarnos después por el budismo o el hinduismo si queremos aspirar a alcanzar una visión integrada de la complejidad cultural de nuestro mundo global.

2. Ampliar el horizonte de «mi mundo»

Conocer la propia cultura no quiere decir «absolutizarla». Hay mucho más que lo mío propio. Para darnos cuenta de ello no tenemos más que mirar a nuestro alrededor: en las calles de nuestro barrio, en nuestra propia ciudad, escuchamos idiomas que no entendemos. La televisión e internet nos muestran constantemente lo que sucede en otros países.

Por ello debemos preocuparnos de que nuestros hijos desarrollen una sensibilidad y comprensión hacia la pluralidad y diversidad que ya caracterizan hoy a todas las sociedades. Podemos y debemos percibirlas también en nuestro entorno más inmediato. Porque el horizonte del espacio geográfico y cultural en el que se desarrollarán las vidas de nuestros hijos en lo personal y en lo profesional ya no será su ciudad, ni siquiera su país, sino que será global y heterogéneo.

3. Despertar el interés por los temas globales

Una manera fácil y entretenida para fomentar esa conciencia es despertar en nuestros hijos el interés por las llamadas «cuestiones globales». Para los jóvenes es fácil entender que ni el cambio climático y la polución en los mares, ni la escasez de recursos energéticos, la sobrepoblación o las amenazas a nuestra seguridad, no son retos que pueda solucionar un país en solitario. Todas estas problemáticas requieren de una respuesta negociada entre muchos o todos los países, precisa de la comunicación intercultural y del compartir con otros entornos culturales nuestras preocupaciones. Para ello, tenemos que entender a los demás y también confiar los unos en los otros. Tratar estos temas ayuda a que nuestros hijos, desde el marco de su identidad como ciudadanos europeos, se entiendan cada vez más también como ciudadanos de un mundo global que está consolidándose.

4. Entender lo diferente como enriquecedor

Conocer el rol que juega la religión para un tibetano suma, no resta. Entender el valor del esfuerzo, la libertad del individuo y su desarrollo personal en la sociedad norteamericana suma, no resta. Percibir la importancia del orden o el trabajo bien hecho para un alemán suma, no resta. Conocer la comida peruana o tailandesa suma, no resta. La diferencia entraña valor añadido. El conocimiento de la

diferencia nos abre la puerta a relativizar alguno de nuestros propios valores, o a darles incluso mayor importancia. Forma parte de la habilidad intercultural identificar fortalezas de otra cultura. Hacerlo nos permite incorporar elementos o visiones externas a nuestro proyecto de vida y, con ello, enriquecerlo. Por eso debemos ayudar a nuestros hijos a convencerse de que otras culturas pueden tener el mismo valor que la propia.

5. Conocer y vivir con otras culturas

El conocimiento de cómo viven y piensan otras culturas que se obtiene mediante lecturas de libros no sustituye en ningún caso la experiencia personal. Debemos preocuparnos de que nuestros hijos se relacionen con otros jóvenes de entornos culturales y lenguas diferentes. Si la economía lo permite, pensemos en enviar a nuestros hijos a un campamento o curso de verano en el extranjero donde puedan integrarse en la vida diaria de una familia local. Pero tampoco son necesarios grandes cambios y costosos viajes para una experiencia en primera persona. Con gran probabilidad, en el colegio, e incluso en su propia clase, habrá niños que hablan otras lenguas. ¿Se relacionan nuestros hijos con ellos? Lo preferible es siempre acostumar a nuestros hijos desde temprana edad a vivir las relaciones interculturales con la naturalidad, el interés y el respeto más absolutos.

6. Aprender lenguas extranjeras como puente de comunicación

¡Cómo no! Ya tenemos bastante asumido que fomentar en los hijos el estudio de lenguas extranjeras es uno de los aspectos más importantes para su futuro profesional. Sin duda, con cuantas más personas puedan comunicarse mediante algún idioma compartido, mayores serán sus opciones de empleabilidad en un mercado laboral global, más aún si nuestros hijos han decidido realizar un Ciclo de FP o cursar estos estudios en la modalidad de FP-Dual. En otras palabras: para una carrera laboral de éxito serán herramientas imprescindibles el dominio del inglés y una base de una segunda lengua extranjera; de lo contrario serán considerados casi «analfabetos». Y los idiomas, no lo olvidemos, son también el instrumento para comprender con mayor profundidad las diferentes culturas, de las que sus lenguas son la principal expresión. Nunca es mal momento para empezar a aprender un idioma, si bien lo mejor es comenzar en edad temprana.

El mundo es hoy más pequeño que nunca: la globalización nos acerca y nos interconecta de un

modo que jamás se había visto en la historia. No sólo podemos comunicarnos con un desconocido australiano gracias a internet, y no sólo lo podemos hacer totalmente gratis, sino que nos enteramos en tiempo real de lo que está sucediendo en lugares remotos. Por ello se vuelve imprescindible conocer nuestra propia lengua y respetarla; aprender otras lenguas y valorarlas; abrirnos a culturas diferentes y admirarlas; entender que hay muchos puntos de vista sobre la vida.

PARA TRABAJAR EN FAMILIA LA COMPETENCIA INTERCULTURAL

La competencia intercultural, tan valorada por las empresas a la hora de favorecer la empleabilidad futura de nuestros hijos, va mucho más allá del dominio de idiomas. Hay que empezar a desarrollarla progresivamente desde la infancia y en muchos niveles diferentes. El nivel más importante es, sin duda, el de la experiencia personal. El hecho de estar en contacto con personas de otras culturas, no sólo en las vacaciones sino en lo cotidiano del día a día, es fundamental. Participar, en cierta medida, de otra cultura, proporciona el conocimiento, la voluntad y la sensibilidad necesarios para desarrollar lo esencial de la destreza intercultural.

¿De qué se trata exactamente? Como ya hemos dicho: de la capacidad de respetar y adaptarse a formas de pensar y maneras de hacer diferentes, que constituyen la base del funcionamiento en equipo, más aún en el presente, cuando el entorno profesional ya está absolutamente internacionalizado. Aquí hemos hecho una lista con algunas ideas. En todas y cada una de ellas es importante que participen nuestros hijos y que tomemos en consideración sus propuestas:

1. Una excursión a un museo antropológico, histórico o de bellas artes permite conocer y respetar la tradición cultural de la que formamos parte, de múltiples orígenes, mezclas y ramificaciones.
2. Trabajar en algún proyecto escolar sobre la globalización (o sobre cuestiones como el cambio climático) ayuda a forjarse una imagen amplia y compleja del mundo. Además se presta a enfoques interdisciplinarios y casan bien con cualquier asignatura.
3. Ir descubriendo las distintas gastronomías de alrededor del mundo es divertido, saludable y una excelente excusa para entrar en contacto con otras culturas.

Podemos cenar comida tailandesa, marroquí, india o peruana una vez al mes, por ejemplo.

4. Organizar una fiesta de cumpleaños multicultural en la que podamos reunir a chicos que sean, o cuyos padres sean, de otros países. Es una buena manera no sólo de abrir el horizonte sino de hacer amistades.
5. Aprovechemos las vacaciones y algún viaje para conocer culturas y países diferentes. Un campamento de idiomas puede ser una buena propuesta.

Nuestros hijos tienen que prepararse para un mundo que no es aquel en el que nos hemos formado nosotros. La necesidad de adaptarse a una diversidad cada vez más presente en nuestro entorno nos obliga a nosotros como padres a entrenarlos para tener la mente abierta y saber desenvolverse correctamente tanto en su vida cotidiana como en el trabajo. Desde el hogar podemos implementar hábitos y rutinas que les permitan desarrollar su competencia intercultural y de internacionalización que multiplique, a la larga, sus posibilidades de autorrealización personal y de empleabilidad futura.

7. Las competencias digitales

El mundo está cambiando de manera acelerada. Muchas de las profesiones del futuro aún no existen, quizá en unos años tengamos estudios de «Programador de emociones», «Impresor 3D», «Entrenador de Identidad Digital». Nuestros hijos se están formando para poder responder a las necesidades y retos de una sociedad que está por venir. Eso no hubiera sido posible si no fueran hijos de la sociedad tecnológica de los tiempos que vivimos, es decir, si no fueran residentes digitales: sus maneras de vivir, hacer, pensar, relacionarse, participar y aprender ya no son las de nuestra infancia, y a pesar de lo mucho que nosotros podamos aprender pocas veces seremos más que un mero visitante, un turista, en una sociedad que ellos ya dominan desde pequeños.

Uno de los aspectos clave que hay que tener presente de cara al futuro profesional de nuestros hijos, sobre todo si hablamos de tecnología, es la adaptación al cambio, y más concretamente la necesidad de tener las capacidades, habilidades y competencias que harán falta para vivir y desarrollarse en un mundo en constante evolución. Dicho de otro modo: Han de ser capaces de amoldarse a todo tipo de situaciones, herramientas, modelos culturales, de ocio o de participación que a día de hoy, quizá, ni siquiera podemos imaginar. Los motivos son diversos: en primer lugar, porque los conocimientos adquiridos irán quedando obsoletos, o quizá porque terminarán trabajando en profesiones y formatos que les eran desconocidos hasta el momento. Pero sobre todo porque el modelo de «un trabajo para toda la vida» tiende a desaparecer, y la movilidad, tanto la laboral como la geográfica, es cada vez más una característica inherente a los nuevos modelos laborales y de producción.

De todos modos, si bien estamos viviendo tiempos de cambio e inestabilidad, un gran número de personas ha podido beneficiarse de las nuevas tendencias. Se están abriendo nuevas vías de colaboración y de solidaridad que permiten disfrutar de grandes ventajas, del espíritu emprendedor y las Tecnologías de la Información y la Comunicación [TIC]. Un ejemplo vale más que mil palabras: Orleans, 2004. Una niña pide a su primo Salman ayuda con un problema matemático. Salman le graba

algunos vídeos explicativos que se convierten en virales y decide subir sus explicaciones a YouTube y así permite que miles de personas se sirvan de su conocimiento. Unos años después ve la luz la Khan Academy, que actualmente es una plataforma con centenares de miles de videos y millones de usuarios en más de cuarenta idiomas. ¿Qué lo ha hecho posible?

LA WEB 2.0

Cuando, hace sólo unas décadas, empezamos a disponer de conexión a internet, el acceso a los contenidos era unidireccional. Estábamos en lo que se llama la web 1.0, y el usuario se acercaba a la información (un periódico digital, una página web, etcétera), la consumía, y salía del sistema una vez satisfecha su curiosidad, sin tener prácticamente ningún tipo de interacción con el contenido ni con otros usuarios. Además, el contenido de estas páginas había sido generalmente creado por expertos.

Sin embargo, desde hace unos años, este concepto ha evolucionado hacia otro que nos ayudará a entender mucho mejor a nuestros jóvenes. Este concepto nos habla de páginas y de sitios de internet en las que se puede interactuar con el contenido y con otros usuarios así como dar tu opinión. Pero sobre todo, y es una de las grandes claves que nos ayuda a comprender el internet de hoy, son los usuarios quienes crean el contenido y son también ellos los que deciden qué es válido o no. A esto lo llamamos «el poder de la comunidad». En este sentido, pensemos en las redes sociales o en fenómenos como YouTube. Los entornos web 2.0 nos permiten realizar de forma autónoma algunas cosas que configuran y definen los patrones de pensamiento y actuación de nuestros hijos:

- **Crear:** La red nos ofrece multitud de herramientas, aplicaciones y posibilidades para generar, de forma sencilla, contenido digital de calidad.
- **Comentar:** Podemos mejorar lo que ya han hecho o empezado otros.
- **Valorar:** Para ofrecer una opinión que en ocasiones supondrá que ese contenido tome mayor o menos relevancia para el resto de usuarios.
- **Compartir:** La red es cosa de todos, e igual que nosotros consumimos la

información facilitada por otros, nuestro contenido puede resultar de utilidad a los demás.

- **Denunciar:** La red ofrece canales mediante los que comunicarnos con los administradores de los sitios web o incluso con las autoridades competentes para denunciar lo que nos parezca ilegal, injusto, o que atenta contra la dignidad de las personas.

Por lo tanto, algunas de las competencias que deberán desarrollar y ejercer tanto el alumno como el trabajador o el ciudadano 2.0 son las de crear, valorar, comentar, compartir y denunciar. Estas competencias requieren de criterio, capacidad crítica y herramientas para el diálogo y el trabajo en equipo. La adquisición de estas competencias debe realizarse tanto en la escuela como en el hogar, además poner en liza estos conceptos en nuestras metodologías docentes o en la relación con nuestros hijos nos ayudará a estar más cerca de ellos, por eso podemos preguntarnos: ¿Somos un padre o una madre 1.0 o más bien 2.0? Cuando nos relacionamos con nuestros hijos, ¿simplemente les damos información y órdenes para que las asuman y ya, sin interacción, sin comentario posible? ¿O, por el contrario, establecemos modelos de comunicación en los que nuestros hijos pueden crear, comentar, valorar o compartir en relación a aquello que estamos diciendo?

Habilidades como la creatividad, la capacidad crítica, la implicación, la adaptabilidad y la autonomía, entre muchas otras, conforman el grueso de lo imprescindible para crecer y desarrollarse en la sociedad de la información. Es importante tener en cuenta que el primer lugar en el que los pequeños deben aprenderlas es en casa, así que hay que plantearse dos cuestiones: En el terreno personal, ¿cuál es nuestra relación con los hijos? Y en el terreno tecnológico, ¿qué sabemos y qué podemos enseñarles de internet?

LA ORIENTACIÓN PROFESIONAL EN UN ENTORNO DIGITAL

Si hilamos más fino, la perspectiva tecnológica puede dividirse en tres dimensiones:

- **Competencias cognitivas:** Incluyen la capacidad de interactuar, de analizar críticamente las situaciones y adaptarse a los distintos contextos, retos y situaciones de incertidumbre; también implican cultivar la actitud emprendedora,

tanto en lo que respecta a la identificación de problemas como al planteamiento de soluciones creativas. Todo ello debe enriquecerse con un conocimiento de otras lenguas para, al final, saber detectar la información que nos es útil en cualquier situación y así separar el grano de la paja. Podríamos resumirlo de la siguiente manera: hay que aprender a aprender como actitud a lo largo de toda la vida.

- **Competencias técnicas:** Aquí bajamos a la arena de las redes sociales, los teclados y la conectividad. Es imprescindible haber adquirido los rudimentos básicos para entender la tecnología, evaluarla y utilizarla en pro del aprendizaje y crecimiento personal. Eso implica saber manejar aplicaciones para la generación de contenidos en nuevos lenguajes, manejo de redes sociales y otras herramientas de colaboración o el uso de dispositivos móviles como herramienta para el acceso a la información y el aprendizaje, en cualquier momento y en cualquier lugar. Poco a poco nos iremos familiarizando (más) con términos como robótica y programación o memoria extensiva. No son sólo contenidos sino un modelo metodológico que requiere patrones complejos de pensamiento y procesamiento de la información. Por su parte, el uso de videojuegos puede fomentar lúdicamente estos aprendizajes.
- **Competencias éticas:** Implican la formación de ciudadanos íntegros, empáticos, autónomos y capaces de aprovechar el potencial de las tecnologías para mejorar su realidad. El uso responsable de las redes y los nuevos avances tecnológicos es tanto un derecho como una obligación, y no deben perderse de vista las múltiples oportunidades que ofrece para mejorar nuestra vida en común y que sea más solidaria, igualitaria y justa. Pero ello implica ser consciente del papel social que juega cada uno de nosotros, y cuanto más presente lo tengamos, tanto más fácil nos será optar por las opciones más adecuadas. ¿Y qué es lo que nos jugamos? Lo veremos en el siguiente apartado.

LA IDENTIDAD DIGITAL

Por proponer una definición sencilla, la «identidad digital» es lo que internet dice de nosotros, ya sea porque nosotros mismos lo hemos publicado o porque lo han dicho

terceros (un amigo publica una foto, la administración hace público un dato nuestro, etcétera). Todos, sin excepción, tenemos una identidad digital, puesto que la red dice cosas de cada uno de nosotros. Un papel clave que tenemos como padres es, por supuesto, cuidar nuestra propia identidad digital, pero, sobre todo, acompañar a nuestros hijos en la conformación de la suya explicándoles que el conjunto de datos que hay en la red nos define como «ciudadanos digitales» y será lo que el resto de usuarios conocerán sobre nosotros: lo que somos, lo que decimos, o cuáles son nuestros intereses o cualidades. Vale la pena remarcar la importancia de la honestidad y el cuidado a la hora de dejar nuestra huella en internet, ya sea evitando publicar contenidos ofensivos o publicando información provechosa.

¿Qué podemos hacer como padres? Algo básico es entender que lo virtual no deja de ser un espejo de lo analógico. Los límites, la confianza, la autonomía o la capacidad de toma de decisiones que hemos inculcado en nuestros hijos será lo que ellos apliquen y pongan en funcionamiento en internet. Además, igual que en la vida fuera de las redes, hay muchas opciones de aprender y desarrollar intereses, tantas como queramos descubrir. Hoy no se puede entender una vida, la digital, sin la otra, y eso da cuenta de hasta qué punto hay que ser responsables. La vida digital de nuestros hijos es un factor clave de su identidad personal y como padres nuestra obligación es conocerla, atenderla y educarla.

CONOCER LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS

Es necesario acercarse a la tecnología y adquirir algunos conocimientos básicos para poder acompañar a nuestros hijos en su camino. Eso no significa dominar todas las aplicaciones y herramientas, pero sí podemos informarnos de cuáles son y qué funciones y potencialidades tienen para poder hablar y reflexionar juntos. El manejo de las redes sociales, por muy rudimentario que sea, nos puede ayudar a conocer mejor, a estar informados y saber comunicarnos con otros padres y expertos. Y no olvidemos que las instituciones educativas, empezando por los docentes y acabando por la administración, deben estar preparados para ayudarles en la conformación de su identidad digital. Hay que aprovechar al máximo el potencial educativo de estas herramientas. Para ello debemos exigir un profesorado capaz de proponer actividades realmente significativas y retadoras a sus alumnos, que promuevan en ellos las competencias y aprendizajes que necesitarán en su futuro profesional.

A modo de conclusión y de puesta en práctica de lo visto hasta ahora, podemos reflexionar sobre las siguientes preguntas, ya sea individualmente, junto con nuestros hijos o buscando en internet información relativa a las mismas:

1. ¿Sabríamos definir qué es la web 2.0 y cuáles son sus características? Una vez que las tengamos claras, contrastémoslas con el modelo educativo y las metodologías de aprendizaje que tienen nuestros hijos en clase.
2. Entremos en la red y tecleemos en un buscador lo siguiente: «herramientas web 2.0 para Educación». Veremos cuántas herramientas existen para ayudar a nuestros hijos. Busquemos una que nos parezca atractiva y pongámosla en uso ayudando a nuestros hijos en sus trabajos y estudios.
3. ¿Cuántos momentos de ocio, estudio o búsqueda de información hemos compartido con nuestros hijos a través de las tecnologías? Por ejemplo, jugar a la videoconsola, compartir redes sociales, ayudarles a crear alguna presentación o contenido relacionado con sus estudios, etcétera.
4. En educación a menudo hablamos del «efecto Pigmalión», que demuestra que las expectativas que tenemos sobre nuestros hijos tienden a cumplirse. A partir de ahí, y ante la importancia que tiene lo que pensemos sobre la vida de nuestros hijos, reflexionemos acerca de las expectativas personales y profesionales que tenemos sobre ellos y que, de manera más o menos consciente, les proyectamos encima. En la medida de lo posible, hagámosles ver que confiamos en ellos y que son capaces de llegar donde se propongan si no desfallecen y se esfuerzan al máximo.

Internet democratiza el conocimiento y nos abre una ventana infinita para descubrir el mundo. Desde la familia podemos colaborar para que nuestros hijos sean verdaderos ciudadanos digitales, que conocen la tecnología, comprenden sus luces y sus sombras, entienden que su uso trae consigo derechos y responsabilidades, y la utilizan de forma responsable para construir un mundo mejor. Ésa es nuestra mejor contribución para que puedan desenvolverse con eficiencia en los entornos digitales en los que desarrollarán su actividad profesional futura.

TERCERA PARTE

Diseñemos el futuro

Seguramente hemos preguntado muchas veces a nuestros hijos qué quieren ser de mayores. Pero... ¿son ellos conscientes de quiénes son hoy? ¿Conocen qué caminos, aprendizajes vitales, valores y opciones pueden ayudarles a crecer y a convertirse en aquello que desean ser? Y, además, ¿enseñamos a nuestros hijos a tomar conciencia de sus fortalezas y sus límites? ¿Les ayudamos en su crecimiento personal? ¿Y en su proyecto de vida?

En los capítulos siguientes explicaremos cuáles son las mejores maneras para que nuestros hijos diseñen su futuro. Tendremos en cuenta, por ejemplo, que aunque ahora no sepamos cuáles serán los empleos del futuro, sí podemos estar seguros de una cosa: los inventarán y los llevarán a cabo personas con espíritu emprendedor. Afortunadamente esa capacidad creadora puede educarse, y en el capítulo octavo os daremos pistas sobre cómo hacerlo.

Por otra parte, el espíritu emprendedor no basta en sí mismo; es necesario saber hacia qué punto dirigirlo. El capítulo noveno está dedicado al conocimiento de uno mismo; si no sabemos cuáles son nuestros valores, o qué visión tenemos del mundo y de sus necesidades, estaremos actuando, en realidad, sin conocernos a nosotros mismos. Como padres tenemos la responsabilidad de guiar a nuestros hijos en el cultivo de su interioridad y acompañarles en el camino de la búsqueda de sentido en el acontecer de sus vidas.

Finalmente, en el capítulo décimo, mostraremos cuáles son las mejores maneras de construir un proyecto vital basado en el autoconocimiento, el espíritu emprendedor y esos hábitos y actitudes que nos ayudarán a enfrentar el futuro y todas sus dificultades con confianza y seguridad. En el camino encontraremos imprevistos y contrariedades de muchos tipos, empezando quizá por nosotros mismos, que no siempre estaremos cien por cien seguros del éxito de nuestra empresa. El optimismo, la vida en comunidad, y el ayudarnos unos a otros es el mejor antídoto contra todas las incertidumbres y temores que acosan su futuro.

8. Cinco claves para desarrollar la competencia emprendedora

Parafraseando a Woody Allen, nos interesa el futuro de nuestros hijos porque es ahí donde van a pasar el resto de su vida. Ese futuro es a la vez apasionante e incierto, y está lleno de oportunidades pero también de dificultades. En los últimos años, coincidiendo con la crisis global, se ha comenzado a hablar con más intensidad del emprendimiento y de la competencia emprendedora. El emprendedor no es sólo el trabajador autónomo o el empresario, en cualquier trabajo hay personas con iniciativa que tienen el poder y las ganas de hacer propuestas y tomar decisiones.

Ser emprendedor está de moda, pero más por una necesidad laboral que por una manera de ser. No es algo que defina una manera de ganarse la vida sino un carácter, una actitud ante la vida y el trabajo. El carácter emprendedor incluye una serie de herramientas y cualidades personales que ayudarán a nuestros hijos a ser más felices profesionalmente y a dar más sentido a sus vidas. Lo cierto es que desde hace unos años ya no vale lo de «Colócate en una empresa y a vivir la vida», «Aprueba una oposición y a disfrutar» o «Trabajo fijo para toda la vida». Con esta mentalidad acerca del trabajo no veremos que el mercado laboral ha dejado de ser estable, que en la vida habrá muchos cambios y que tendremos que estar preparados.

Contra esa manera ya caduca de entender la vida profesional, que es la que todavía domina en nuestra sociedad, nosotros proponemos las Cinco Llaves del Espíritu Emprendedor: son herramientas que nos ayudan a abrir y cruzar las puertas del futuro profesional y personal.

1) LLAVE RELACIONAL

Somos seres que nos relacionamos los unos con los otros, estamos comunicándonos constantemente. Ningún proyecto de emprendimiento tiene sentido en solitario: la red

de personas y contactos con clientes, proveedores y otros profesionales es esencial. La cooperación con otros en proyectos de talento compartido multiplica los resultados. Hemos pasado de la era del emprendedor Superman —el que lo hace todo solo, el más fuerte— al emprendedor Spiderman —la persona ágil, flexible y dinámica que teje redes y hace que su talento crezca de forma exponencial—: la RED es su fuerza y sostenibilidad.

2) LLAVE MOTIVACIONAL

La motivación de logro, las emociones proactivas, las creencias positivas, la realización personal, el desarrollo de los propios talentos y la autonomía personal son esenciales para el emprendimiento, para salir de la zona de confort y afrontar los retos con ilusión y valentía. El emprendedor no es un tipo duro, sin corazón; no es el «ejecutivo agresivo» de los años setenta y ochenta, sino más bien una persona emocionalmente inteligente, que hace de la resiliencia (flexibilidad mental) uno de sus mejores escudos para soportar con éxito las dificultades y adversidades.

3) LLAVE CREATIVA

La creatividad es una herramienta básica en el emprendedor: le da la capacidad de satisfacer nuevas necesidades, mejorar procesos y aportar valor. Ello implica apertura y curiosidad, perseverancia, imaginación y también rigor. El emprendedor no piensa siempre de la misma manera, intuye cuándo tiene que ver las cosas de otro modo, cuándo tiene que innovar. Por eso utiliza varias rutas de pensamiento, otros puntos de vista y formas de ver y hacer las cosas. Estudia a los mejores, descubre por qué lo son, y aprende de ellos.

4) LLAVE HUMANISTA

Los buenos negocios los hacen las buenas personas. Un negocio malo desde el punto de vista ético acaba siendo un mal negocio. Por desgracia, todos los días vemos noticias y ejemplos de malos negocios. El emprendedor necesita una ética como

principio personal y también como estrategia a largo plazo de sostenibilidad de su negocio, para construir relaciones de confianza con sus clientes, para mejorar la vida de otras personas y el entorno en que actúa.

5) LLAVE COMUNICATIVA

La capacidad de expresar las ideas en varios formatos comunicativos como dibujos, mapas, narraciones, formas de hablar, tanto verbal como no verbal, es fundamental para el emprendimiento, porque de nada vale tener buenas ideas y proyectos si no sabemos venderlos, si no convencemos a la sociedad de ello, si no persuadimos. Esta dimensión es el «departamento de marketing» del emprendedor. Las buenas ideas se deben saber comunicar de la manera oportuna y en el momento justo. Si no desarrollamos una comunicación inteligente, si no logramos impactar en las emociones de nuestros clientes, de poco sirve tener buenas ideas.

La buena noticia es que estas cinco llaves pueden aprenderse. Como padres podemos colaborar para que nuestros hijos las desarrollen. Pensemos en emprendedores de éxito y fácilmente descubriremos que todos ellos han utilizado estas llaves y que con ellas han logrado abrir las puertas de su talento y futuro profesional. Por ejemplo, J. K. Rowling, autora de la saga de *Harry Potter*, en una situación de dificultades personales, casi en la indigencia, refugiándose en los cafés de Edimburgo con su hija pequeña, recordó que cuando iba al colegio era muy hábil inventando cuentos e historias fantásticas para sus amigas. Como quien dice, siempre tenía el típico corrillo a su alrededor. En esos cafés empezó a escribir *Harry Potter*. Esta habilidad especial, esta mezcla de llave comunicativa (contar historias), creativa (inventar historias), motivacional (una hija pequeña a quien alimentar y ofrecer un futuro), relacional (vivir en casa de su hermana, llegar hasta un editor que apostó por ella) y humanista (enfocarse en el público infantil, contar historias con valores...) fue la que la ayudó a emprender y escribir la primera entrega de *Harry Potter* que, como sabemos, gozó de unos beneficios económicos extraordinarios.

Las cinco claves para desarrollar la competencia emprendedora son:

1. la llave de la **creatividad**, un aspecto esencial del mundo laboral del siglo XXI junto con la innovación;
2. la llave de los **contactos**, porque vivimos en red, y hay que saber actuar conjuntamente con rapidez y agilidad;

3. la llave de la **motivación**, pues nuestros hijos necesitarán tener claros sus objetivos y, sobre todo, saber cómo alcanzarlos;
4. la llave de la **comunicación**, ya que hay que saber comunicar con inteligencia lo que queremos y lo que hacemos, y
5. la llave del **humanismo**, porque un negocio poco ético es, siempre, un mal negocio.

¿CÓMO HABLAR DE LAS CINCO LLAVES A NUESTROS HIJOS?

La pregunta que tenemos que formularnos como padres, antes de hablar del futuro con nuestros hijos, es: ¿Cómo queremos que sean nuestros pequeños en ese futuro que está por venir? Evidentemente, nuestro papel no es el de diseñar para ellos un futuro cerrado y a nuestra medida. A ellos les corresponde asumir todo el protagonismo en la construcción de su futuro.

Todos, en algún momento, hemos tenido que preparar la mochila de nuestros hijos cuando se han ido de excursión, y han puesto en nosotros su confianza para que, al llegar al destino, no les faltara de nada. El viaje que ahora emprenden es más largo. Si queremos acompañarlos y aconsejarlos, es necesario ofrecerles y enseñarles una serie de competencias y de herramientas que siempre deberían llevar en su «mochila». No todo aquello que les ofreceremos formará parte de su vida necesariamente. Como es obvio, en la construcción de su futuro irán dejando atrás algunas de las cosas que les hemos enseñado, y otras muchas las llevarán siempre consigo. Al final lo que más importa son los cimientos sobre los que construirán su vida. Y no conseguiremos que sean buenos profesionales emprendedores si antes no hemos conseguido que sean buenas personas.

Los cimientos son las cinco llaves de las que hemos estado hablando. Ahora presentamos la manera que nos parece más adecuada de explicar cada una de ellas a nuestros hijos:

- **Llave humanista:** Debemos destacar la importancia de que su propia felicidad no puede ser ajena a la felicidad de los demás. Y para ello es necesario que entiendan que la característica más destacada y la mejor estrategia de una persona que posee esta competencia es la de vivir continuamente alerta, observando y buscando el momento oportuno para ayudar a quien lo necesite sin esperar nada a cambio. De hecho hoy en día se valora mucho el «liderazgo de servicio» en las empresas. Esto implica ayudar a los demás y estar disponible para ellos, «hacerse cargo», no

como un ejercicio de poder, sino de servicio a los demás y a un proyecto compartido de trabajo, cada uno desde su puesto, sea el que sea.

- **Llave motivacional:** Tenemos que ayudarlos a formarse un concepto positivo de sí mismos. Y eso supone hablarles tanto de sus puntos fuertes, para reforzarlos, como de sus puntos débiles para poder afrontarlos y superarlos. El modo de percibirse y valorarse a sí mismos marca la diferencia entre dos estrategias diferentes a la hora de «asomarse» a la vida: desde la luminosidad de la azotea o desde la oscuridad del sótano.
- **Llave relacional:** Seguro que las palabras de Michael Jordan les ayudarán: «Las individualidades ganan partidos, el trabajo en equipo gana campeonatos». Vivimos en un mundo global donde renunciar a la riqueza que aporta la diversidad es la peor de las estrategias. Como ya hemos comentado anteriormente, una de las características clave de un emprendedor es tener una buena red de contactos o socios, es decir, saber elegir y rodearse de personas íntegras y de confianza.
- **Llave creativa:** Tenemos que potenciar el hecho de que sean capaces de sacar fuera esa creatividad que todos llevamos dentro y que, por desconocimiento, quizá nunca salga a la luz. Debemos ayudarlos a descubrir, situarlos ante aquello que les motiva y apoyarlos, personal y materialmente, en su desarrollo. Incentivemos sus creaciones, reforcemos su curiosidad, su aprendizaje de nuevas herramientas, invitémosles a «pensar al revés», o a «unir o mezclar dos cosas que antes nadie ha unido» para crear productos innovadores. También podemos animarlos a participar en concursos de creación artística o creativa del tipo que sea.
- **Llave comunicativa:** Dialoguemos con ellos desde nuestro ejemplo. Además de las necesarias habilidades de comunicación en diferentes formatos, la estrategia que deben seguir al comunicarse es la de la sinceridad y la credibilidad. Es decir, estimular la coherencia entre lo que hacen y lo que dicen. Y recordemos que el ejemplo es el mejor modo de influir de forma positiva en los demás. Algunas actividades, como el teatro escolar, son oportunidades magníficas para entrenar la capacidad de oratoria y de hablar en público.

EL EMPRENDIMIENTO EMPIEZA EN CASA

No olvidemos que cada persona es diferente, y cada hijo e hija parte de un punto diferente. Antes de realizar algunas de las actividades que explicaremos en este capítulo, sería interesante responder a estas tres preguntas para situar mejor a nuestros hijos:

- ¿Piensan y ayudan a que los demás sean más felices?
- ¿Tienen un concepto positivo de sí mismos?
- ¿Prefieren hacer las cosas solos o hacerlas con otros?

Con eso en mente, podemos ayudar a nuestros hijos a construirse un futuro emprendedor con estas tres actividades:

1. Para ayudar a que nuestros hijos sean emprendedores es absolutamente necesario que tengan un conocimiento adecuado de sí mismos. Y para ello podemos plantearles que dibujen, o escriban, lo que ha sido hasta ahora el «camino» de su vida, señalando sus puntos débiles y sus puntos fuertes, tanto en su desarrollo personal como académico. Después de haber pensado y puesto por escrito los aspectos y competencias en los que tienen que mejorar, les pediremos que se propongan una acción de logro (mejora) para cada una de sus debilidades.
2. La familia también es un equipo en el que cada uno debe aportar lo mejor de sí mismo. Cada miembro del equipo ha de asumir sus responsabilidades. Cuando nos anticipamos o asumimos responsabilidades que son de nuestros hijos, lo que realmente hacemos es restarles maduración, progreso, etcétera. Por ello es fundamental dejar claro cuáles son las responsabilidades y tareas de cada miembro de la familia y no asumir (salvo condiciones muy especiales) las de otros. En su futuro no siempre vamos a estar a su lado para resolver por ellos sus problemas.
3. No podemos cerrar este capítulo sin hacer hincapié en que pensar en emprendimiento no es solamente pensar en el beneficio profesional (económico) que nuestros hijos puedan obtener en el futuro. Ser emprendedores exige también

un compromiso social que podemos empezar a trabajar pensando y colaborando en familia con alguna causa, con alguna necesidad social de nuestro entorno. No tenemos más que salir a nuestro barrio, preguntar en alguna institución municipal, ONG, etcétera, por aquellas necesidades de colaboración, ¡y ponernos a ello!

El espíritu emprendedor empieza en casa. Nuestros hijos deben ser responsables con sus tareas y los padres tenemos que apoyarles en su desarrollo, ayudándoles a que se conozcan mejor y que aprendan que en el siglo XXI lo importante es cultivar unas relaciones interpersonales sanas, basadas en el respeto y la sinceridad, en la colaboración mutua, en la creatividad y la conciencia social. Hagamos que nuestros hijos sepan qué quieren, qué les motiva; que sepan expresar de la manera más adecuada sus intereses y sus proyectos; que intenten ir siempre dos pasos por delante. Y que tengan una visión realista pero positiva y esperanzada de sí mismos.

9. La habilidad de ser uno mismo: competencia de interioridad

Las personas, a diferencia de otros seres vivos, estamos dotadas de una dimensión especial, la conciencia. A medida que nos hacemos conscientes —a veces a causa del dolor— nos planteamos más preguntas, y así expresamos una curiosidad innata que nos acompaña desde que nacemos. Dicha búsqueda, que a lo largo de la vida puede tomar muchas formas, acaba pasando forzosamente por uno mismo, es decir, nos incluimos dentro de aquello que nos despierta curiosidad, nos atrae la posibilidad de conocernos mejor.

A esa capacidad de profundizar dentro de nosotros mismos que nos caracteriza la llamamos interioridad. Es una capacidad que está a caballo entre la psicología y la espiritualidad, y algunas de sus competencias tienen que ver con la autopacificación, el autoconocimiento, la sensibilidad, los valores, la cosmovisión y el proyecto de vida. Muchas veces, reconozcámoslo, nos olvidamos de nuestra interioridad: la sociedad que estamos construyendo la obstaculiza y nos asedia con un exceso de ruido e información, prisas, egoísmos, el dominio de las apariencias...

Por fortuna la interioridad también puede ser un antídoto a este asalto continuo de los valores sociales, y hay por lo menos tres vías para educarla: la razón, el arte, y la relación cuerpo-mente, que veremos más adelante. Además, si las personas que cultivan la interioridad sienten que todo trasciende a nuestra existencia y a los valores tangibles (dinero, negocios, etc.) pueden desembocar en espiritualidad. Y cuando esta espiritualidad gira en torno a la vivencia de una persona o unos hechos o creencias, y acaba implicando una serie de ritos, credos y prácticas devocionales, se configura lo que llamamos una religión. Al fin y al cabo, religión significa volver a unirse (re-ligare). Para algunas personas es común sentir la necesidad de re-unirse, de recomponerse, de re-ligarse. Pero no es necesario ser religioso para buscar en el interior, cualquier persona tiene acceso a su interioridad.

¿Cómo vamos de competencia de interioridad en nuestro hogar? Respondamos al siguiente cuestionario:

0 = Nada/nunca; 1 = Ni mucho ni poco/a veces; 2 = Mucho/siempre.

INDICADOR	0	1	2
1. Hay paz y tranquilidad en nuestro hogar.			
2. Somos una familia solidaria.			
3. Hacemos cosas toda la familia junta.			
4. Cultivamos nuestra manera de ser.			
5. Sabemos resolver los conflictos hablando lo antes posible.			
6. Ganar dinero y tener éxito no es lo más importante.			
7. Sabemos expresar nuestros sentimientos.			
8. Propiciamos el autoconocimiento.			
9. Nos preocupa el dolor ajeno.			
10. Practicamos la introspección.			
11. Damos importancia a los demás.			
12. Intentamos encontrar un sentido a lo que hacemos.			

¿QUÉ OBSTACULIZA EL DESARROLLO DE LA INTERIORIDAD?

Si nos fijamos en nuestro día a día, en nuestros hábitos, inquietudes y acciones, veremos que la interioridad no entra en el grupo de las prioridades. Dependiendo de la edad, de la presión social o laboral, de nuestros deseos y esperanzas, los motivos por los que nos desentendemos de nosotros mismos pueden ir cambiando. Algunos de los principales son los siguientes:

- El exceso de información nos hace prestar atención a muchos sitios, dispositivos y discursos diferentes a la vez.
- La prisa nos impide vivir en el “aquí-ahora”, que es donde está la interioridad.

- La virtualidad y el consumo excesivo de artefactos tecnológicos puede resultar una influencia negativa y alienante.
- El dar más importancia al hacer-tener que al ser-saber.
- El predominio de algunos valores (éxito, fama, lujo, riqueza) por encima de otros (cercanía a uno mismo, sencillez, compartir, empatizar).
- La desorientación de no tener un proyecto vital, vivir sin un sentido.

Es muy probable que si los padres experimentamos estas dificultades también lo hagan nuestros hijos. De nosotros adquieren muchas perspectivas sobre la vida y, entre ellas puede filtrarse el desinterés o el descuido por la interioridad. Por eso lo ideal sería reconocer el papel de la interioridad en nuestra vida cuanto antes mejor, para que nuestros hijos disfruten del contacto consigo mismos desde que son pequeños. Cuando los hijos llegan a los 12 años y comienzan la ESO ya llevan viviendo mucho tiempo con nosotros; todo lo que no hayamos sembrado antes nos dificultará muchísimo la tarea. Lo cual no debe desmotivarnos, al contrario, debe propiciar que nos formulemos las siguientes cuestiones:

- ¿Velamos por nuestro crecimiento como padres e intentamos mejorar nuestra labor con nuestros hijos?
- ¿Qué normas podemos consensuar abiertamente con ellos y qué pueden aportar ellos para velar por el orden, la paz y la armonía de la casa?
- Se pueden concretar una serie de hábitos o rituales para cumplir todos los miembros de la familia: comer juntos, poner música de fondo suave, dar un paseo una vez a la semana, ir al campo, meditar en familia, etc.
- Sería conveniente elaborar una lista de aquellos aspectos a los que damos el valor máximo como familia. Se pueden discutir y contrastar opiniones para encontrar, y construir, aquello fundamental para nosotros.
- ¿Qué sentimos de especial, cada uno de nosotros, al pertenecer a la familia?

La interioridad personal, a veces espiritual y religiosa, debe trabajarse desde la infancia. Nosotros como padres tenemos una importancia fundamental en el desarrollo del autoconocimiento de los hijos; por ello debemos saber, primero, qué pensamos al respecto y
--

cuál es nuestro proyecto vital. Una vez conozcamos quiénes somos y quiénes queremos ser, debemos acompañar a nuestros hijos en su camino por la vida, ayudándoles a conocer los valores que creemos más necesarios para que sean buenos ciudadanos.

SER COMPETENTES EN LA INTERIORIDAD

Un ejercicio parecido al anterior que ayuda a conocer y analizar nuestra vida interior con más precisión es el llamado DAFO. Primero comprendamos su título, formado por siglas: D son debilidades, A son amenazas, F son fortalezas, y O son oportunidades. En primer lugar se trata de hacer una lista de aquellos aspectos internos de nuestra familia que creemos que deben ser mejorados con respecto a nuestra interioridad, es decir, sus Debilidades. A continuación, hay que observar qué elementos externos vivimos como distorsiones o influencias negativas (Amenazas). Acto seguido tenemos que expresar nuestros puntos fuertes, aquello de lo que nos sentimos más tranquilos y confiados (Fortalezas). Finalmente hay que señalar varias situaciones cotidianas o rasgos característicos que puedan considerarse como Oportunidades.

Por lo general, el hecho de hacer este ejercicio en un entorno natural o apartado del ámbito cotidiano puede dar muy buenos resultados. Las respuestas, en todo caso, nos darán pistas para ver qué aspectos hay que mejorar y qué aspectos hay que potenciar. Al fin y al cabo, se trata de tener en cuenta estas cuatro intenciones:

- Descubrir y desarrollar el potencial interior.
- Profundizar en el sentido de la vida.
- Crecer como persona.
- Abrirse al amor, al misterio y a la belleza.

Ellas nos sirven, como peldaños, para descender a nuestro interior y conocer, analizar y construir nuestro proyecto de vida, el cual pide, a su vez, una cosmovisión, formado por valores y el autoconocimiento, que vienen apuntalados por la sensibilidad y la creatividad vividas desde la calma y la serenidad. O, si lo decimos al revés: el camino a nuestra interioridad parte de un estado de calma y concentración; a través de nuestra sensibilidad y nuestra creatividad podemos conocernos mejor, saber cuáles son los valores, cuál es nuestra visión del mundo, y cuál es el proyecto vital

con el que disfrutamos nuestra vida. La interioridad incluye todos estos elementos a modo de escalera, aunque cada uno de ellos está relacionado íntimamente con los demás.

Como ya dijimos al inicio del capítulo, hay tres maneras de fomentar en nuestros hijos, ya desde pequeños, el desarrollo de la competencia de interioridad:

- **El arte:** es importante que se enganchen a alguna actividad artística. Algunos de los guías espirituales más influyentes de la historia eran grandes escritores. En cambio, algunos artistas pintaron obras maestras gracias a su interioridad rica y a su gran fuerza de penetración. No importa cuál sea la puerta de entrada a la interioridad; ya sea el teatro, la música, la escultura o la danza, ya sea el cine, el cómic o la escritura, cualquier camino puede funcionar.
- **La reflexión:** también importa el ser capaz de enunciar verbalmente o por escrito nuestras propias inquietudes y nuestros problemas. Para lo cual es necesario saber formular bien las preguntas a realizarse y a plantearse las cosas con ánimo constructivo, y sabiendo también que jamás encontraremos la solución a todo ni podremos controlar el mundo en el que vivimos en su totalidad. La reflexión como tal es recomendable practicarla en silencio. Para ello son de mucha ayuda las técnicas del punto siguiente.
- **Técnicas de relajación y meditación:** invertir en saber relajarse e interiorizarse es de sabios. No hace falta que seamos expertos en yoga para poder gozar de algunas habilidades introspectivas. Un estudio de la Universidad de Barcelona determinó estas nueve habilidades como las más importantes: atención, respiración, relajación, visualización, voz-habla, conciencia sensorial, postura, energía y movimiento. Un buen conocimiento y dominio de nuestro cuerpo y de nuestra mente nos permitirá guiar nuestro estado de ánimo y alcanzar la paz necesaria para pensar y meditar.

Educar la competencia de interioridad dará a nuestros hijos acceso, siempre que lo necesiten, a su templo interior, a su conciencia, a su interioridad. Allí encontrarán la paz y la fuerza necesaria para saber cuidar de sí mismos y de aquellos que sean de su responsabilidad.
--

10. Un proyecto para vivir la vida

Redactar un proyecto personal de vida, puede ser una herramienta de gran utilidad para ayudar a los jóvenes a afrontar la vida con madurez. El solo hecho de invitarles a sentarse, pensar y redactar su propio proyecto ya lo cambia todo, porque tienen que reconocerse a sí mismos, sus capacidades y sus intereses. Por eso mismo les ayuda a definir sus expectativas frente a la vida según sus fortalezas y sus debilidades personales. Al pensar en el futuro se les abre un horizonte de responsabilidad y sentido más amplio del que manejamos a diario; tener metas a corto y largo plazo ayuda a concretar objetivos y recursos, es decir, favorece la adquisición de competencias que contribuyen a su desarrollo como ser humano y como ciudadano: ser consciente, libre, capaz de tomar decisiones y de comprometerse con el entorno.

El proyecto se puede escribir por primera vez a un nivel muy básico durante la adolescencia y revisarlo, corregirlo y completarlo a medida que pasen los años.

EL PROYECTO PERSONAL DE VIDA NO ES:

- Papel mojado, un formalismo.
- Algo establecido por otros (familiares, amigos, pareja, profesores...).
- Algo fabricado artificialmente o fuera de la realidad, no es solo teoría.
- Algo ya cerrado y predeterminado que evite la búsqueda y el cuestionamiento.
- Un modo de ensimismamiento personal que se olvida del mundo exterior.
- Una meta, el final de un proceso.
- Un bonito plan bien redactado para organizarse la vida hasta sus últimos detalles.

EL PROYECTO PERSONAL DE VIDA SÍ ES:

- El reflejo del núcleo de una persona (valores, deseos, modos de vida, etc.).

- Un instrumento para integrar pasado, presente y futuro.
- Un espacio de encuentro y de diálogo con la dimensión social e interior de la persona.
- Apertura a la oferta, al regalo, al don, a la oportunidad, a la posibilidad.
- Un camino hacia la búsqueda de sentido del ser humano, que consiste en caminar más que en alcanzar una meta.

Para que nos hagamos una idea, un proyecto personal es como el pasatiempo del laberinto, en el que un ratón debe encontrar el camino para comerse el queso. ¿Y qué tiene que hacer? Los pasos son muy sencillos: primero tiene que analizar la realidad; tomar consciencia de qué tipo de ratón es, para saber proponerse objetivos realizables y olvidarse un poco del «yo ideal», que es el que soñamos, y del «yo mediocre», que es lo que la vida nos hace sentir en ocasiones.

A continuación debe elegir el tipo de queso que mejor le conviene. Es ahora cuando toca formular los valores, sueños y horizontes que, en estos momentos, quiere conseguir y por los que se siente vocacionado. Para empezar, podemos invitar a nuestros hijos a formular un objetivo general que tire de ellos, que les haga ilusión, para después «aterrizarlo» y sacar de él tres o cuatro objetivos más pequeños y asequibles. Dichos objetivos han de ser realistas y revisables: hay que verlos como pasos cortitos que les acercarán al objetivo general.

Por último, es fundamental descubrir cuál es el camino que verdaderamente desemboca en el queso. Llegar a un destino determinado nos exige dar unos pasos concretos y optar por unos caminos y no por otros. Se impone un trabajo de lucidez y discernimiento para formular con claridad los medios, tiempos, estrategias, ayudas, que les permitan conseguir los objetivos que se han propuesto.

El proyecto de felicidad para nuestros hijos se basa en que sean ellos mismos y descubran y puedan vivir su vocación personal en plenitud. Es fundamental que apuesten por el tipo de vida al que se sienten inclinados. Para descubrirlo, necesitarán saber quiénes son ahora y quiénes quieren llegar a ser. Es decir, necesitarán definir su propio proyecto personal de vida.

COMO PADRES, ¿QUÉ FACTORES NO DEBEMOS OLVIDAR?

Cuando nuestros hijos sean mayores de edad y les preguntemos: ¿Tú quién eres?,

seguramente querríamos escuchar algo más que un título académico o el empleo con el que se gana la vida. Es evidente que la profesión nos define en muchas ocasiones, pero no olvidemos que el ser humano tiene muchas otras dimensiones. También somos personas concretas con relaciones interpersonales, proyectos familiares, valores, creencias, ideologías, pasiones...

Sin embargo, el mercado laboral, que es muy estrecho de miras, sólo mira el éxito profesional y apenas da importancia a los otros aspectos de la vida que constituyen la verdadera riqueza personal. No podemos permitir que el proyecto vital de nuestros hijos quede reducido al currículum vitae: el sentido, la felicidad y la plenitud normalmente van más allá de la carrera profesional.

Como padres, lo común es que queramos que nuestros hijos sean felices. Sin embargo eso no implica que tengamos que darles la vida resuelta, al contrario, sobreprotegerles es contraproducente. Enseñémosles que si albergan algún sueño o se sienten inclinados a alguna vocación concreta les toca a ellos remangarse y ponerse manos a la obra. La cultura en la que vivimos no siempre lo tiene en cuenta; ahí es donde entramos nosotros para ayudar a nuestros hijos a encontrar su camino y adueñarse de su destino.

En eso consiste la dignidad: en crecer siempre hacia la plenitud. Lograrlo es un trabajo arduo. Los adolescentes han de unir paciencia y honestidad en cada decisión que tomen, cada vez que deban definir su identidad. Por eso redactar un proyecto personal es un reto de madurez: empezar a asumir responsabilidad sobre la propia vida, no sólo como actores protagonistas de la misma, sino sobre todo como sus legítimos autores. ¿Qué factores no debemos olvidar?

- Es muy importante no pensar la vida como puro azar o como un destino misterioso e inabarcable. La vida no es sólo «algo que nos pasa». Hay que afrontarla y disfrutarla. A veces la complejidad nos supera y la tensión puede desembocar en desinterés si nuestros hijos no están acostumbrados a luchar.
- En el otro extremo tenemos la filosofía del «hombre hecho a sí mismo», muy ingenua en su análisis de la realidad porque no podemos cambiar todos los factores de nuestra vida. El «querer es poder» nos dice que para triunfar y tener éxito sólo basta con la motivación; todos sabemos que no es exactamente así. Las cosas no siempre salen como uno quiere.

Además recordemos que estamos proyectando constantemente sobre nuestros hijos nuestras inquietudes, deseos y recuerdos. ¿Sabemos qué esperamos de ellos, qué expectativas y sueños tenemos con respecto a su futuro? ¿Vinculamos su felicidad exclusivamente a la carrera profesional? ¿Demostramos interés por todas las facetas de su vida, aficiones, amistades, valores, o sólo por sus resultados académicos y su itinerario formativo? ¿Les dejamos claro que confiamos plenamente en ellos para asumir la responsabilidad de su propia vida? Y, en último término, ¿cómo les contamos la historia de nuestra vida? ¿Todo fruto del azar y la desgracia? ¿Resultado de nuestro gran esfuerzo y dedicación? Dependiendo de qué les digamos nos verán a nosotros, y se verán a sí mismos, de un modo u otro.

Una vez hemos aclarado todo lo anterior, podemos seguir uno por uno estos pasos:

- Hablemos con nuestros hijos de la vida que les gustaría vivir. Para empezar podemos sentarnos a escribir las primeras intuiciones que tengamos. Lo ideal sería hacerlo en fin de semana o en vacaciones. Una vez redactado el escrito hay que volver con frecuencia sobre él para evaluar su vigencia y orientar nuevas decisiones. Que no quede nunca olvidado en un cajón. Lo de menos es el papel en sí, fijémonos sobre todo en el proceso, muy útil como elemento de profundización y brújula de orientación.
- Les podemos ofrecer información objetiva que les ayude a conocerse mejor. No olvidemos dejar claro una y otra vez que nuestra aceptación incondicional está por encima de todo, tanto lo bueno como lo malo. Es recomendable aceptar frente a nuestros hijos las luces y las sombras de nuestra vida, las cosas buenas y las no tan buenas de nuestro carácter. Aprovechemos para dar ejemplo de equilibrio sano entre la aceptación y la superación de nuestras limitaciones.
- Cuando dialoguemos con nuestros hijos sobre su futuro, no echemos más leña al fuego de sus miedos e inseguridades. La sociedad ya se ocupa de dibujarles un futuro muy oscuro, nuestro trabajo es el opuesto, iluminarles y guiarles en el camino. Fomentemos su mirada positiva y esperanzada frente a la humanidad, invitémosles a avanzar en la vida siempre de forma positiva, activa, con confianza, jamás huyendo o a la defensiva. Si los protegemos demasiado los dejaremos indefensos y vulnerables ante las adversidades.
- Abordemos con ellos las dificultades que experimenten cuando tengan que tomar sus primeras elecciones. Para ello es imprescindible habituarles a escoger ya desde pequeños y, por supuesto, enseñarles a asumir su responsabilidad en las

consecuencias que puedan derivarse de ello. La interacción diaria en el aula, los programas de acción tutorial, su relación con la familia son los primeros campos de aprendizaje.

- Aunque nuestros hijos manifiesten vértigo ante la toma de decisiones, aunque sientan que están limitando sus posibilidades y perdiendo libertad, expliquémosles que no nos define la «libertad de» (posibilidad de tener todas las opciones abiertas) sino la «libertad para» (los compromisos que nos construyen y hacen crecer).

ACTIVIDADES CONCRETAS

Mi itinerario vital: álbum de fotos

Preparemos una selección de fotografías antiguas de la vida de los abuelos, nuestra propia infancia, adolescencia, juventud, el inicio de la vida adulta, etc. Repasémoslas con nuestros hijos, aprovechando para ilustrar el camino de nuestra propia madurez, con sus etapas y sus momentos clave. Hablémosles de nuestras intuiciones, dudas y elecciones para ir forjando la vida que vivimos.

Los tres espejos

Entreguemos tres hojas en blanco. Imaginemos que son tres espejos mágicos que reflejan nuestra personalidad. Cada uno de ellos nos da una imagen distinta de nosotros mismos: 1) el primero muestra cómo nos ven los demás, es decir, cómo sentimos que nos ven los demás; 2) el segundo muestra nuestra imagen actual, tal y como nos vemos nosotros, haciendo hincapié en cualidades y defectos; 3) el tercero nos muestra dentro de veinticinco años, con qué nos identificamos, cómo queríamos ser en el futuro. Escribir y leer este ejercicio nos da una imagen muy determinada de cómo imaginamos nuestro presente y nuestro futuro y qué cosas queremos mantener y cuáles cambiar.

Como padres y madres es comprensible que el futuro nos inquiete y nos preocupe, pero hay que aprender a tener confianza en nosotros mismos. Para ello es imprescindible conocernos en

profundidad, saber qué esperamos de la vida, cuáles son nuestros planes y las posibilidades de que se cumplan a corto-medio-largo plazo. Nos sentimos con la obligación de ayudar a nuestros hijos a definirse, de acompañarles en su toma de decisiones (que son las suyas porque es su vida), de permitirles conocerse y aprender, y también de orientarles profesionalmente compartiendo con ellos nuestra experiencia. Tenemos libertad para diseñar nuestra vida de muchísimas maneras; deberemos ser fuertes y decididos cuando las cosas no salgan como queremos, y flexibles y coherentes cuando las circunstancias nos obliguen a cambiar de dirección.

CUARTA PARTE

Empresa, Formación Profesional y Educación Superior

Cuando leemos la prensa o miramos la televisión descubrimos muchas personas que nos sorprenden por su inteligencia, su creatividad, su capacidad de superación, sus habilidades o inventos. Podemos preguntarnos: ¿Qué apoyo recibieron de sus padres? ¿Qué educación? Una parte importantísima de su éxito depende, claramente, de que aman lo que hacen, algunas personas incluso llevan toda la vida queriendo dedicarse a su profesión. Lo cual nos enseña que lo principal es saber qué nos gusta y qué nos motiva. Ayudar a nuestros hijos a descubrir su orientación vocacional favorecerá que en el futuro sean personas felices y profesionales competentes.

A la vez, es imprescindible saber qué es lo que esperan de nuestros hijos las empresas. ¿Qué habilidades? ¿Qué conocimientos? ¿Qué aptitudes? ¿Y qué actitudes? Todo ello será materia de análisis en el capítulo once, dedicado a plantearnos la orientación profesional de nuestros hijos desde la perspectiva del mundo de la empresa.

Después de la Educación Secundaria Obligatoria, a muchos jóvenes se les presenta el dilema de escoger qué camino seguir. Es crucial, en este punto, ser realistas y hacer una lectura precisa de la situación socioeconómica en la que nos movemos. En último término, las tendencias que se manejan ahora en el mercado laboral dicen que los empleos más demandados en el futuro próximo serán de profesiones que todavía no se han creado, así que apoyarles para que al menos realicen una Formación Profesional acorde con sus intereses y capacidades es la mejor base que como padres podemos dar a nuestros hijos para facilitarles su empleabilidad futura.

¿Qué camino seguir? En los últimos años ha crecido notablemente la demanda hacia la Formación Profesional y la Formación Profesional Dual, especialmente para las ramas técnicas, porque su acceso al mercado de trabajo es más rápido y exitoso que el de muchas titulaciones universitarias. Más aún, como veremos en el capítulo doce, un 50% de los trabajos de los próximos años requerirán personas con una

cualificación de Formación Profesional, ya sea Ciclo de Grado Medio o Ciclo de Grado Superior.

En el último capítulo hablaremos de la Educación Superior, de los retos a los que se enfrenta como institución la Universidad en el siglo XXI y de qué supondría, para nuestros hijos, estudiar un grado universitario. ¿Realmente es lo que queremos? ¿La titulación elegida nos dará las herramientas que necesitamos para insertarnos en el mercado laboral? Hace unos años el título universitario tenía mucha más importancia que en el presente; ahora también se valora el haberse especializado en un oficio y desarrollar la carrera profesional a partir de este primer paso. No olvidemos tampoco que el acceso a la Universidad desde los Ciclos de Grado Superior siempre es una opción que cuenta con muchas ventajas.

11. La empresa

Si echamos un vistazo al mercado laboral, ¿qué buscan las empresas cuando contratan? Y cuando nuestro hijo nos cuenta «lo que le gustaría ser de mayor», ¿vemos esas capacidades o habilidades en él? Podríamos decir que, al margen del sector o posición dentro de la empresa, existe una serie de competencias fundamentales que toda organización busca entre sus empleados y que, en consecuencia, deberemos tener en cuenta en la formación y orientación profesional de nuestros hijos. Algunas de las más importantes son:

A. FLEXIBILIDAD

El mundo cambia muy rápido, y si no somos capaces de adaptarnos vamos a sufrir mucho. Como padres pertenecemos a una generación que está viviendo eso en primera persona: el entorno laboral que conocimos cuando nos incorporamos se parece poco al que manejamos hoy, a nivel de complejidad, de tecnología, etcétera... De hecho, en muchos casos son nuestros propios hijos los que nos adentran en las novedades tecnológicas.

En los entornos empresariales, las grandes adquisiciones de unos grupos por otros hacen que lo que ayer era válido y lógico en tu empresa y con tu jefe español, desde mañana no lo sea porque tu departamento pertenece a un grupo asiático y se ha instaurado otro procedimiento que no conoces y que incluso te parece poco «lógico» según tu punto de vista. La capacidad de adaptación a los cambios es fundamental en cualquier entorno empresarial y en cualquier sector. Ahora se habla de que cualquier profesional tiene que poder desenvolverse con naturalidad en lo que se denomina entorno VUCA: Volatilidad, *Uncertainty* (incertidumbre), Complejidad y Ambigüedad.

La capacidad de adaptación es una habilidad que nuestros adolescentes tienen muy desarrollada (no en vano deben adaptarse a sus cambios físicos constantes, y su

cerebro sigue siendo moldeable como el de un niño) y no pueden dejar de entrenarla nunca.

B. CAPACIDAD DE APRENDIZAJE

Hay que entenderla como algo más amplio que el mero «sentarse a estudiar». La formación reglada sigue siendo importante, pero dada la distancia que aún existe entre la Formación Profesional o la Universidad y las necesidades del mercado laboral, esa necesidad de aprendizaje permanente es constante a lo largo de la carrera profesional. Se dice que el 80% del conocimiento se adquiere a través del *on-job-training*, es decir, que lo vas aprendiendo durante el desempeño de tu propio puesto de trabajo y tu autoformación, las novedades que exige el mercado, los compañeros, los competidores, etcétera.

Para ello también los padres hemos de servir de modelo, asumiendo el aprendizaje como algo connatural al ser humano, al desarrollo personal y profesional, y convertirnos en referentes también para ellos, cuando seguimos en formación constante y nos apuntamos a actividades «extraescolares», como pintura, golf, cantar en el coro o diseñar páginas web.

C. TRABAJO EN EQUIPO Y COLABORATIVO

Se trata de una competencia fundamental que parece que poco a poco se va desarrollando cada vez más en las etapas educativas. En los cursos de primaria muchas veces ya se trabaja por «proyectos» y muchas carreras ya tienen implantado el plan Bolonia, que precisamente insiste en el trabajo en equipo de los alumnos. De todos modos, sigue muy presente la competitividad, que nos cuesta eliminar debido al modelo individualista de educación que hemos desarrollado durante tantos años.

D. DIVERSIDAD

En el futuro los equipos no serán homogéneos en lo concerniente a procedencia cultural, idiomas o incluso espacios de trabajo. Ya existen muchos equipos ubicados

simultáneamente en distintos países. Sin olvidar la idiosincrasia personal de cada uno, con sus valores, sus miedos, que se ponen en juego a diario en los entornos profesionales. La formación en habilidades como el autoconocimiento y la autogestión de las propias emociones es crucial porque, sea cual sea nuestra futura profesión, estaremos en relación con otras personas, ya sean los superiores, nuestros clientes, los fans...

E. GESTIÓN EMOCIONAL

Nada de lo que somos es fruto de la magia. Un adulto es el resultado y la consecuencia del entrenamiento al que se haya acostumbrado, o que no haya hecho, desde niño. Desde un buen principio tenemos que aprender sobre las emociones, ponerles nombre, entenderlas y que no nos superen. Hoy en día, una de las competencias que más se cultiva para el desarrollo de la madurez profesional es la resiliencia. Se trata de la capacidad de afrontar situaciones adversas, superarlas, aprender de ellas y salir fortalecido. Lo que nos daña no es el hecho doloroso, sino el cómo reaccionamos ante lo que nos sucede, la interpretación que hacemos de ese hecho, la percepción que tenemos de ese sufrimiento. Las personas que tienen más éxito son las que saben manejar los conflictos de forma adecuada. Para resolver conflictos hay que saber pensar y, para ello, necesitamos trabajar los diferentes tipos de pensamiento: causal, alternativo, consecuencial, de perspectiva y de medios-fin.

La etapa más efectiva para desarrollarlos es entre los 12 y los 18 años. Les ayudará a ser más flexibles (pensamiento alternativo) y a tener capacidad de adaptación porque serán capaces de anticipar qué puede venir (pensamiento consecuencial y de perspectiva). El pensamiento medios-fin les ayudará a planificar mejor los medios para la consecución de resultados, puesto que si son capaces de identificar bien qué necesitan para lograr su objetivo, buscarán los recursos que precisen.

F. TOLERANCIA A LA FRUSTRACIÓN

J. A. Marina señala: «Si queremos hijos miedosos sigamos protegiéndoles y resolviendo sus problemas». Si no permitimos que se frustren, les estamos privando

de un gran aprendizaje vital, como por ejemplo saber distinguir entre lo que no nos fue útil en este caso, qué nos sirvió y qué se puede aprender para la próxima vez.

G. TALENTO

Juan Carlos Cubeiro definió el talento como la «inteligencia puesta en acción», y a eso añadimos nosotros que el talento de verdad conlleva también una dosis importante de disfrute. Cuando hacemos algo que nos gusta, lo hacemos mejor, con más alegría, con más dedicación y entusiasmo. Un claro referente cinematográfico es la película *Billy Elliot (Quiero bailar)*, que trata sobre un chaval que tiene una pasión y se enfrenta a su entorno y a las presiones socioculturales para perseguir su sueño.

Capacidad para aprender, tener talento, ser optimista, saber gestionar las propias emociones, poder comunicarse y trabajar en equipo, tener sueños e ilusiones... son algunas de las aptitudes que las empresas buscarán en nuestros hijos. Muchas de ellas se aprenden en casa y ahí es donde entra el importante papel de las familias.

En un entorno laboral cambiante e imprevisible, es crucial que nuestros hijos sepan quiénes son y a qué quieren dedicar su vida. Un trabajador apasionado siempre rendirá más y mejor que uno desinteresado.

¿QUÉ OTROS APRENDIZAJES REQUIERE LA EMPRESA?

Como padres y madres tenemos que trabajar, en primer lugar, la autoconfianza y la autoestima de nuestros hijos y eso, como ya hemos señalado, no implica «darles todo hecho», sino invitarles a pensar, a que se replanteen el «siempre se ha hecho así», que identifiquen su propósito, que tengan un criterio propio y, sobre todo, recordarles la constancia y el esfuerzo como elementos básicos para conseguir su propósito, su «para qué» en la vida.

Debemos hacerles entender que vivimos en un mundo en cambio constante y que ni siquiera los gurús son capaces de vislumbrar qué nos depara el futuro; pero eso no es incompatible con tener claro qué quieres llegar a conseguir. De hecho, la herramienta más útil para moverte en este mundo cambiante será saber con certeza qué quieres hacer.

Desde el ámbito educativo sería interesante ampliar la exposición y conocimiento

de las distintas áreas y oficios para que los propios alumnos descubran intereses que no conocían o reduzcan prejuicios. Las visitas a empresas y fábricas son muy ilustrativas en este aspecto y quizás también se podrían ampliar a los HUB (espacios de encuentro) de emprendedores, a polígonos industriales, a asociaciones empresariales.

Para combatir los miedos y los prejuicios se tendría que trabajar mucho más la creatividad, la lluvia de ideas sin prejuicios y el pensamiento positivo. La visión determina el comportamiento. De modo que resulta fundamental trabajar en «creer que se puede», sin dejar de recalcar el esfuerzo, por supuesto. Podemos buscar referentes reales, cercanos, testimonios de personalidades con las que se sientan identificados. Seguro que tenemos cerca a alguna persona que acaba de montar un e-commerce, un emprendedor tenaz que ha conseguido lo que quería. O nosotros mismos, que con la crisis nos hemos tenido que reinventar. Nuestros hijos pueden y deben ser conscientes de la vida real.

En casa podemos dialogar con nuestros hijos del trabajo o de los de parientes y conocidos. Eso les ayudará a descubrir nuevos mundos. Además es importante transmitirles pasión por el trabajo. Si cada día escuchan de nosotros reproches sobre el trabajo, o ven que no disfrutamos de las elecciones que hicimos, eso tendrá un impacto negativo sobre su visión del mundo laboral. Es muy significativo el porcentaje de personas que asumen que el trabajo tiene directamente una connotación negativa y ésta es la percepción que tenemos y trasladamos a nuestros hijos sobre el trabajo.

De hecho si acudimos al Diccionario de la Real Academia de la Lengua Española, de las diferentes acepciones para «trabajo» que plantea, casi todas son negativas: «dolor, esfuerzo, sacrificio...», basada en muchos casos en la tradición judeocristiana de: «ganarás el pan con el sudor de tu frente». Nunca se ha planteado como: «disfrutarás y te desarrollarás poniendo todas tus capacidades y destrezas en acción y creando algo que nadie puede hacer tan bien como tú». Sería bonito, ¿no?

Dedicar algún tiempo a conocer páginas de empleo, tipo LinkedIn o Glassdoor, para examinar qué tipo de perfiles existen, así como echar un vistazo a profesionales con al menos tres o cinco años de experiencia, puede ser de suma utilidad. Infojobs, el portal de empleo donde están publicados todo tipo de trabajos, o Job & Talent, el portal de empleo para recién titulados donde las empresas buscan nuevos empleados, les puede ayudar a conocer a ciencia cierta la salida laboral de los estudios que elijan.

Por parte de los centros educativos, para mejorar la empleabilidad de los alumnos

de hoy —recordemos que todos serán mañana futuros profesionales en alguna empresa—, deberían empezar a reducir la distancia entre lo que enseñan y cómo lo enseñan, teniendo en cuenta la realidad del mercado laboral y los aprendizajes que demandan las empresas. Hay que pedir a los alumnos que, más allá de «saberse la lección», puedan solucionar las situaciones que se presentan, que hagan un buen uso de los recursos que tienen a su alcance. Que sean creativos, que sepan trabajar en equipo, que manejen los conflictos, que compartan información, que sean flexibles para poder asumir diferentes roles, que se comprometan, que aporten pues, al fin y al cabo, cuando trabajen, no irán a su puesto sólo a recibir un salario sino que irán a ofrecer algo que luego revertirá en valor para la organización y para ellos mismos.

Que los centros educativos participen en actividades de emprendedores representa un aprendizaje muy valioso para los alumnos que se vinculan a estos programas. Allí toman contacto con empresas y, por tanto, también ponen en marcha algunas de las competencias y habilidades de las que ya hemos hablado. Programas como los que tiene la Fundación Universidad Empresa o la Fundación Junior Achievement son muy importantes para acercar la formación a la realidad empresarial. El modelo de Formación Profesional Dual también resulta sumamente acertado. En todos ellos, el estudiante aprende a detectar aquellas normas no escritas de las empresas que las nuevas generaciones (como los conocidos *millenials*) no tienen tan asumidas, como la jerarquía, la disciplina, etcétera.

Las empresas, en definitiva, buscan personas que tengan un mínimo de conocimientos técnicos, de idiomas, que sepan utilizar herramientas informáticas, pero que sobre todo demuestren lo que no se enseña sino que se desarrolla: **¡Actitud profesional!** Porque si de algo no sabemos, la empresa nos forma. Hoy en día, todas las empresas ofrecen estupendos programas de formación para cubrir las posibles necesidades del colaborador o del mercado. Sin embargo, lo que no podemos suplir son las ganas de hacer cosas, el interés por aprender, el compromiso ético, la responsabilidad por querer saber más. Eso es lo que marca la diferencia y lo que nos permitirá celebrar, como padres y madres, el éxito profesional de nuestros hijos.

La actitud profesional puede mostrarse con el ejemplo de padres y profesores, pero en último término son nuestros hijos los que deben aprender a ser buenos profesionales. El aprendizaje de lenguas, por ejemplo, ayuda a encontrar puestos de trabajo interesantes, pero es el conjunto de aprendizajes, más habilidades y actitud lo que marcará toda la diferencia. Eso pasa por tener una actitud activa y aportar valores positivos, ya sea en el aula o en la oficina.

12. La Formación Profesional

La Formación Profesional es la parte del sistema educativo destinada a especializar y profesionalizar a aquellos jóvenes que quieren acceder al mercado laboral con un título profesional. Dicho título permite un rápido acceso a los empleos cualificados intermedios que ofrece nuestro sistema productivo. Los actuales ciclos de Formación Profesional ofrecen más de 150 títulos tanto en la industria como en los servicios o en el sector primario, con lo que se está convirtiendo en una de las opciones favoritas para preparar la entrada al mercado laboral.

Muchos organismos internacionales, y principalmente los de la Unión Europea, aconsejan que los jóvenes se incorporen al mercado de trabajo con una titulación profesional porque es la forma más rápida de conseguir la inserción laboral. Las previsiones de la Unión Europea para 2025 advierten de que para que Europa pueda mantenerse competitiva en la economía mundial, necesitará que el 50% de los puestos de trabajo sean ocupados por personas con una cualificación intermedia (Formación Profesional o Bachillerato); el 35%, por una cualificación superior (Grado, Máster, Doctorado) y sólo un 15% por cualificaciones simples. En los próximos años habrá una gran demanda de profesionales acreditados con cualificaciones intermedias.

Los nuevos tiempos necesitan profesionales competentes que sepan realizar su trabajo de forma correcta y que puedan resolver con eficacia los problemas que se plantean en su actividad profesional. Por eso a las nuevas generaciones se les exige ya unos niveles educativos de tipo medio por lo menos. Además los jóvenes y las familias empiezan a darse cuenta de la importancia de adquirir una especialización profesional. Ello se traduce en un aumento de las matrículas en los Ciclos Formativos españoles de un 50% desde 2007.

¿CÓMO ESTÁ ORGANIZADA LA FORMACIÓN PROFESIONAL EN ESPAÑA?

El sistema prevé dos niveles de especialización:

- Los Ciclos Formativos de Grado Medio (CFGM), a los que se puede acceder una vez obtenido el Graduado de la ESO y que conceden el título de Técnico en la profesión correspondiente.
- Los Ciclos Formativos de Grado Superior (CFGS), a los que se accede después de haber obtenido el título de Bachiller o después de haber concluido un Ciclo de Grado Medio y haber aprobado un examen y que culmina con el título de Técnico Superior. Este nivel formativo se enmarca dentro del espacio europeo de educación superior, donde también están los Grados Universitarios y ofrece unas interesantes posibilidades de transición del Grado Superior hacia el Grado Universitario, incluso con la posible convalidación de módulos (asignaturas) entre determinados ciclos formativos de grado superior y estudios universitarios.

Ambos ciclos (medio y superior) tienen una duración de dos años y ofrecen un periodo de aprendizaje práctico en empresas como parte de su formación. Los Ciclos Formativos de Grado Medio van dirigidos a formar técnicos que dominen un campo profesional determinado y sepan resolver con autonomía el quehacer y las incidencias de su actividad ocupacional. En muchos casos deberán trabajar con sistemas técnicos muy automatizados y se incorporarán a equipos con los que habrán de interactuar satisfactoriamente.

Desde un Ciclo de Grado Medio se puede pasar a un Ciclo de Grado Superior, que está ya dirigido a formar profesionales que ocuparán los niveles de mandos intermedios en las empresas y los puestos técnicos de apoyo en áreas muy especializadas.

Ambos niveles de formación (Grado Medio y Grado Superior) se pueden estudiar en España desde el año 2012 bajo la modalidad dual. La Formación Profesional Dual está presente ya en todas las autonomías españolas y en la gran mayoría de países del centro y el norte de Europa, donde goza de una elevada aceptación. Se trata de una nueva modalidad de Formación Profesional en la que el centro educativo y la empresa se corresponsabilizan de la formación del aprendiz. La formación se realiza en régimen de alternancia entre el centro educativo y la empresa, en la que el aprendiz también practica lo aprendido mediante el trabajo. La FP Dual va más allá de los planes de prácticas tradicionales ya que, por un lado, las empresas imparten contenido formativo con valor curricular y, por otro lado, pueden adaptar el

currículum académico a sus necesidades. Además, supone un acercamiento entre el mundo laboral y el formativo, que propicia una mejora del conocimiento mutuo y, en consecuencia, facilita una mejora en la cualificación de los aprendices y en su empleabilidad. Los aprendices experimentan en un contexto de trabajo real, que les permite obtener experiencia y competencias profesionales transversales. A la vez, reciben una remuneración durante su estancia en la empresa y tienen mejores perspectivas de ser contratados por la empresa al finalizar la FP Dual. En definitiva, los jóvenes que cursan esta nueva modalidad de FP mejoran su empleabilidad al haber adquirido una experiencia laboral sólida, y su motivación aumenta a lo largo del proceso de aprendizaje.

La Formación Profesional Básica, en cambio, es un nivel formativo que tiene un carácter de iniciación profesional y que ofrece una alternativa para los jóvenes que no consiguen obtener el Graduado en Secundaria. Les permite adquirir las competencias generales básicas que no han obtenido en la ESO y a la vez seguir una formación de tipo profesional que les oriente sobre posibles salidas al mercado de trabajo y que también les facilite el acceso directo a los Ciclos de Grado Medio.

La Formación Profesional se está convirtiendo, cada vez más, en la primera opción de muchos estudiantes que quieren conseguir entrar al mundo profesional con un título de técnico. Su oferta variada, los múltiples puentes entre los distintos niveles de Formación, su relevancia cada vez mayor a nivel español y a nivel europeo, confirman que el futuro de muchos jóvenes pasa por la Formación Profesional, ya sea en sus Ciclos de Grado Medio o en los Ciclos de Grado Superior.

CÓMO ACONSEJAR QUÉ HACER AL FINAL DE LA ESO Y EL BACHILLERATO

Hemos de ser conscientes de que el Graduado en Educación Secundaria (ESO) es el título que más discrimina las oportunidades futuras de empleabilidad de los jóvenes en su vida profesional. Por eso es crucial que todos los jóvenes lo obtengan. Una vez titulados, se les abre un gran abanico de posibilidades que deberán aprender a gestionar, y es muy importante que nosotros les ayudemos a tomar conciencia de que han de comenzar a conducir sus vidas y tomar decisiones sobre su futuro profesional. Ellos serán los que construirán su vida laboral sorteando las dificultades,

aprovechando las oportunidades y haciéndose valer. Es cierto que no todo va a depender de ellos y que el contexto será decisivo, pero las metas que se propongan y la determinación con que luchen por ellas influirá decisivamente en lo que llegarán a ser. Las familias debemos contribuir para que sus sueños se hagan realidad y ofrecerles todo nuestro apoyo y confianza.

Tomar la decisión de qué hacer después de la ESO y el Bachillerato dependerá, por lo menos, de dos elementos fundamentales: por un lado están los intereses y las ambiciones de nuestro hijo, y por otro su experiencia con los estudios y qué se ve capaz de hacer en el futuro. Es importante que la familia motive al adolescente a profundizar en sí mismo y descubrir o decidir cuáles son sus motivaciones y sus intereses. Un buen ejercicio sería, por ejemplo, que se preguntara cómo se ve a sí mismo a los 30 años. De esa forma puede concretar qué cosas le gustan y cuáles no. Más tarde la vida nos lleva a todos por caminos que no siempre podemos prever, pero saber quiénes son, qué les gusta, y qué quieren, guiará a nuestros hijos en sus momentos clave.

Todos los padres sabemos que, a menudo, un mayor nivel de educación lleva a una mejor calidad de las condiciones de trabajo y empleo, pero no siempre «lo bueno es lo mejor». En la práctica, para muchos jóvenes es preferible una buena Formación Profesional media o superior que una incierta vía universitaria. Tomemos la decisión que tomemos, nunca debemos dramatizar porque nada es irreversible, y los sistemas educativos prevén pasarelas para poder rectificar o reorientar los itinerarios.

Además, sabemos que los estudios no lo son todo. La valía personal siempre ha sido clave para labrar el futuro personal de cualquier persona. Evidentemente, el hecho de tener o no tener estudios cambia considerablemente nuestras posibilidades de futuro, y a día de hoy los títulos siguen siendo importantes, pero ya no son tan decisivos como antes. La distinción se produce por las llamadas competencias personales y profesionales del individuo. Junto con el título, las competencias constituyen los criterios que se valoran más en el mercado de trabajo. Entre ellas contamos: la capacidad de comunicación y de trabajo en equipo, la responsabilidad y la implicación en el trabajo bien realizado, la capacidad práctica de resolver problemas, la creatividad y la innovación.

Estas capacidades pueden hacerse crecer de múltiples maneras. En los institutos cada vez se les presta más atención, pero no son el único lugar en el que puedan o deban desarrollarse. La implicación de nuestro hijo en actividades diversas,

deportivas, culturales, sociales, políticas, favorecen en gran medida la adquisición de estas competencias.

¿QUÉ ESPECIALIDAD DE FORMACIÓN PROFESIONAL ESCOGER?

En el caso de haber tomado la decisión de elegir la Formación Profesional debemos inclinarnos por una especialidad u otra. Lo importante, llegados a este punto, es evitar la improvisación. La elección tiene que surgir después de un proceso de maduración en el que se hayan ido descartando posibilidades hasta seleccionar, con plena conciencia, el Ciclo Formativo que se quiere seguir. También hay que evitar dejarlo para el último momento, no vaya a ser que acabemos guiándonos por lo que hacen los amigos, estereotipos irreales o modas.

Cada persona dedica una parte muy importante de su vida a la actividad profesional y eso marcará en gran medida nuestra existencia. Por eso resulta fundamental optar por una actividad profesional que nos aporte satisfacción y que responda a una motivación o a una vocación personal. Hoy en día ha crecido el nivel de incertidumbre, y los cambios son frecuentes en la vida laboral, pero los intereses personales y la vocación siguen siendo grandes guías en el camino.

Por norma general, las familias y los jóvenes solemos decidirnos por una especialización u otra teniendo en cuenta dos criterios: la percepción de cuáles son las profesiones con mayor demanda laboral, presente y futura; y las oportunidades que existen en la oferta de centros y títulos en el entorno inmediato del domicilio familiar. Sin embargo, las modas cambian a tal ritmo que es más importante considerar la vocación y los intereses; a poco que se busque, seguro que se encontrará algún lugar en el que existan oportunidades para desarrollar la profesión que interese a nuestro hijo, ya sea como empleado o como profesional autónomo. Sin duda, conocer cuáles son las actividades del entorno, la ciudad, la provincia o la comunidad autónoma puede ser importante para orientar a los jóvenes, pero si no encuentra lo que le interesa, hemos de ampliar los horizontes a zonas más alejadas.

Cuando nuestros hijos estén por tomar la decisión, deben considerar la profesión como un camino que se irá construyendo a medida que se transite por él. Esto significa que pueden presentarse muchas encrucijadas y cambios de dirección en los que tendrán que reorientarse sobre la marcha. Los intereses y las motivaciones de las personas suelen ser más amplios de lo que nos pensamos, y las capacidades

personales se adaptan a muchas situaciones sociolaborales que parecen diferentes pero que en el fondo requieren aptitudes parecidas.

UN ÚLTIMO CONSEJO

En la mayoría de países desarrollados, el desempleo juvenil duplica las cifras de desempleo general. Ello se debe a un problema estructural relacionado con la forma en que la sociedad organiza la transición de la escuela al trabajo. En nuestro país la mayoría de jóvenes no se incorpora al empleo hasta pasados los 20 años. Mientras no se consiga resolver este problema, es muy importante apoyar a los jóvenes a labrar su futuro mientras no encuentren un empleo. Está comprobado que los jóvenes activos, con autoestima alta, con intereses, que saben lo que quieren y que saben apañárselas son los que encuentran más fácilmente trabajo y los mejores empleos. El apoyo de las familias en este periodo de transición es clave, y son contraproducentes tanto la despreocupación como la sobreprotección. En ningún caso debemos transmitir a nuestros hijos que no tienen futuro. Ellos son el futuro y lo construirán con sus herramientas.

Si bien muchos jóvenes eligen el ciclo de Formación Profesional según la oferta que descubran en su barrio o ciudad o según las modas del momento, hay que tener en cuenta que lo importante es conocerse a uno mismo y saber cuáles son los propios intereses y motivaciones. En un mundo cambiante como el nuestro, lo principal muchas veces es saber quiénes somos, y qué objetivos perseguimos, para así poder adaptarnos a los nuevos tiempos sin perder el camino que hemos elegido. La resistencia ante los imprevistos de la vida pasa por tener claras las propias prioridades.

13. La Educación Superior

Para muchos jóvenes, el acceso a la Educación Superior, que engloba la Universidad y los Ciclos Formativos de Grado Superior, simboliza el tránsito de la adolescencia a la vida adulta. En estos años, los jóvenes no sólo se preparan para ser unos competentes profesionales, sino que también tienen el gran desafío de tomar la vida en sus manos y desarrollar un ejercicio responsable de su libertad. Son muchos los retos que en esta etapa nuestros hijos tendrán que afrontar, pero no estarán solos. Todos los que participamos en su educación somos corresponsables de este proceso. Nosotros los padres, los hijos, la familia, el centro escolar, la universidad compartimos un gran reto: convertirnos en una comunidad de aprendizaje. Pero ¿Cómo hacerlo? ¿Cómo podemos ayudarles en este momento tan decisivo de sus vidas?

Conocer lo que la vida depara a nuestros hijos en cada etapa, saber los retos a los que han de enfrentarse, y buscar la manera de capacitarles para vivir desde un sentido ético puede ser una buena hoja de ruta para ayudarnos a realizar esta labor. Veamos lo que la etapa de la Educación Superior ofrece a nuestros hijos ya sea como oportunidad o como desafío.

1. Descubrir su camino y su lugar en la vida

La etapa de la formación superior no comienza el primer día del curso académico. Más bien se hace presente en la vida de nuestros hijos de manera gradual, conforme han de afrontar dos de sus primeras decisiones vitales en su tránsito a la vida adulta: ¿Qué carrera o Ciclo Formativo de Grado Superior estudiar?, y la segunda: ¿Dónde cursarlo? Para muchos son tiempos de incertidumbre, de búsqueda, de dificultad. En estos momentos, nuestros hijos necesitarán un gran apoyo, mucha escucha y una certera información. Necesitarán que les ayudemos a conectar con sus capacidades, sus motivaciones, con aquello que para ellos es importante y les da sentido a lo que viven.

2. Ser un profesional competente

Nuestros hijos son los protagonistas de su formación. Lo notarán más y más a medida que se responsabilicen de su propia vida y sus decisiones. Aunque disfruten de una atención personalizada por parte del profesorado, ellos tendrán que asumir este compromiso inherente a su deseo de convertirse en adulto. Para ello, será fundamental que se impliquen activamente en su formación y vayan desarrollando aquellas competencias y habilidades que les capacitarán para devenir en un profesional en el que confiar: sólido en sus conocimientos, eficaz, riguroso, con un profundo análisis de la realidad, abierto a cuestionarse sus puntos de vista para alcanzar una mejor perspectiva y ser, allá donde trabaje, una buena persona, comprometida con el bien común.

3. Desarrollar un pensamiento reflexivo y creativo

Para ser un profesional cualificado es esencial que nuestro hijo quiera desarrollar su capacidad de aprender, su deseo de afrontar la complejidad de la vida, de buscar la verdad de las cosas y no quedarse con las apariencias o con una realidad maquillada por ideologías estériles. En esta etapa, como en otros momentos vitales será muy importante que sea capaz de pensar por sí mismo. Ha de aproximarse con lucidez ante lo que acontece y, sobre todo, ser tenaz en el ejercicio del saber, intentando aportar nuevas formas de dar respuesta a las encrucijadas que irá encontrándose en su vida profesional y personal.

4. Elaborar una identidad propia

Aunque conocernos a nosotros mismos sea una asignatura obligatoria durante toda la vida, tanto en la Universidad como en los Ciclos Formativos de Grado Superior, las experiencias y el entorno que se ofrece supondrán una gran fuente de autodescubrimiento. A lo largo de estos años, nuestros hijos tomarán decisiones, perfilarán su desempeño profesional y se harán cargo de sí mismos, lo que les obligará a ser conscientes de quiénes son y de lo que quieren llegar a ser y a asumir su personalidad y su carácter. Tendrán que revisar la imagen que tienen de sí mismos, dejarse interpelar por otros y la vida y, con humildad, ser capaces de acoger toda su potencialidad y sus limitaciones.

5. Convertirse en un ciudadano comprometido socialmente

Por mucho que el individualismo sea premiado en nuestra sociedad, la realidad

es que nuestros hijos se juegan mucho dependiendo de cómo se sitúen ante los otros y ante las circunstancias que les tocará afrontar. Difícilmente serán buenos profesionales si descuidan las relaciones interpersonales, es decir, si se quedan ensimismados en sus cosas y se olvidan de los demás. Cada vez son más los empleadores que buscan jóvenes capaces de ponerse en el lugar de los otros, que trabajen en equipo y que sepan colaborar en favor de una meta común. En definitiva, que busquen hacer nuestra sociedad más justa y humana a través de su conocimiento y desempeño profesional.

6. Ser un buen compañero y amigo

Todos sabemos lo importantes que son los amigos en la vida. Con ellos somos capaces de reconocernos en lo que somos, revelar nuestra pequeñez y compartir nuestras grandezas. Ellos alivian nuestro caminar cuando la vida se nos hace cuesta arriba, y están a nuestro lado para celebrar nuestra felicidad. Otorgar a una persona el título de amigo dice mucho de ella. Nos habla de una persona que confía y es confiable, una persona que es leal, respetuosa, amable, generosa, congruente. La amistad es un indicador de nuestra forma de relacionarnos e implicarnos con los demás y de nuestra calidad humana.

7. Elaborar una escala de valores desde la que actuar

Todos, seamos conscientes de ello o no, tenemos un sistema de valores que constituye nuestra manera de proceder. Éste incide en nuestra percepción de la realidad, en nuestra manera de priorizar la vida y sentir el mundo, y en nuestra forma de comportarnos. Al igual que nuestra identidad, los valores no son algo que adquirimos al llegar a la educación superior, sino que los vamos interiorizando desde la infancia. A menudo son estos valores los que van a tener un papel fundamental en la elección vocacional de nuestros hijos y en su decisión de cómo dan sentido a su vida. Dependiendo de la coherencia que exista entre los valores familiares, escolares y aquellos que formen parte de la comunidad educativa, habrá un mayor o menor contraste y cuestionamiento personal y una mayor o menor urgencia de encontrar los propios criterios éticos y morales.

A partir de este punto centraremos nuestro enfoque en la Universidad, dado que en el capítulo anterior ya se ha tratado la Formación Profesional con mayor detenimiento.

La vida universitaria no empieza con el inicio del curso académico, sino a partir del momento en el que nuestros hijos toman la decisión de estudiar una carrera u otra y se preparan para entrar en ella. La Universidad es una oportunidad excelente de forjarse una identidad propia, conocer qué es lo que les motiva, qué valores defenderán con su desempeño académico y laboral, y también es un buen momento para conocer a otras personas, hacer nuevos amigos y convertirse en un ciudadano responsable y solidario.

¿QUÉ HA DE SER LA UNIVERSIDAD?

1. Un espacio de vida desde el que desarrollar a toda persona

La Universidad tiene una gran responsabilidad ante las familias y ante la sociedad. Como comunidad de aprendizaje desempeña un papel fundamental en el desarrollo integral de nuestros hijos. Si la Universidad sólo favoreciera el crecimiento de la dimensión cognitiva e intelectual estaríamos fracasando. No hay competencia profesional que no esté asentada en un desarrollo armónico de todas las dimensiones del ser: la inteligencia, la afectividad, la espiritualidad, nuestra dimensión relacional y un sentido ético de la vida. De ahí la importancia de que nuestros hijos tengan la oportunidad no sólo de aprender los conocimientos de su futura profesión, sino también de participar en actividades deportivas, culturales, solidarias, etcétera.

2. Un espacio de encuentro y diálogo

Si bien resulta necesaria una especialización en la propia formación, es fundamental que la Universidad, como casa del saber, pueda conjugar de forma interdisciplinar el análisis de aquellos aspectos de la realidad que nuestra vocación nos invita a conocer y a responder. El emprendimiento y la innovación requieren de un diálogo interdisciplinar que busque, a la vez, hondura y universalidad.

3. Un espacio en el que interiorizar un liderazgo de servicio

Nuestros hijos serán los líderes del mañana. En ellos confiaremos el progreso de la sociedad y la construcción de la ciudadanía. No sólo tendrán que responsabilizarse de la realidad y cargar con ella, también tendrán que preguntarse qué pueden hacer ante los graves problemas que experimenta la sociedad en el siglo XXI, y actuar en consecuencia.

No hay ciencia, rama del saber, enseñanza ni investigación que no lleve consigo unos valores. Toda observación siempre está cargada de teoría y de unos valores desde los que nos acercamos a la realidad. Es difícil dar aquello que no se tiene. De ahí la responsabilidad que los educadores tienen ante nuestros hijos. La Universidad debería ser ese espacio en el que, por «contagio», nuestros hijos aprendieran los valores de sus profesores y del personal de administración y servicios: honestidad intelectual, respeto, ser una persona íntegra y responsable, veraz y perseverante, disponible y accesible... Todo ello se transmite en el día a día, en los detalles, el respeto y el aprecio mutuo.

Aunque el inicio de la Educación Superior coincida con la mayoría de edad, nuestros hijos nos necesitan, aunque de un modo diferente que antes. La conquista de la emancipación personal tardará unos años en llegar. Ayudémosles, desde nuestra cercanía y aceptación, a que puedan identificar sus capacidades, sus recursos, sus límites y sus fracasos. Que sepan qué les toca y conmueve su corazón. Y aunque no coincidan con nosotros, o con nuestras expectativas, permitamos que conecten con lo que los moviliza y los ayuda a tolerar la frustración cuando las cosas no salen como ellos esperaban, o cuando los resultados tardan en llegar y deben aprender a perseverar.

Ser adultos implica un ejercicio responsable de nuestra libertad y asumir las consecuencias que los propios actos pueden provocar en nuestro entorno y en la sociedad. Como otros aprendizajes del vivir, exige paciencia, pues se trata de un proceso gradual. También necesitamos saber perdonarnos y perdonar, sobre todo cuando nuestros actos no cumplen nuestras expectativas o generan dolor y desencuentro con otras personas.

En estos años de juventud, ayudar a nuestros hijos para que se independicen emocionalmente supone una gran generosidad por nuestra parte. Requerirá estar a la distancia justa para dejarles espacio para volar, sabiendo que cuando el temor les paralice, o sientan el peso de la vida, siempre encontrarán la incondicionalidad de nuestro amor y nuestra presencia.

SEIS CLAVES PARA PREPARAR A NUESTROS HIJOS EN ESTA ETAPA

Ayúdales...

- ... a que se conozcan con y en verdad.
- ... a que sean buenos amigos de sí mismos y se comprometan con su propio crecimiento.
- ... a que se interesen por las cosas. Despertemos su curiosidad por aprender.

- ... a que salgan de su egocentrismo y se preocupen por las personas.
- ... a que se responsabilicen de las consecuencias de sus propios actos.
- ... a que desarrollen un sentido ético de la vida.



«No evitéis a vuestros hijos las dificultades de la vida, enseñadles más bien a superarlas.» LOUIS PASTEUR

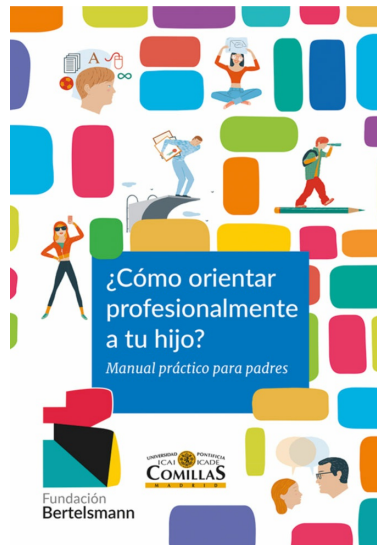
Tras la Educación Secundaria Obligatoria, el adolescente debe decidir hacia dónde desea dirigir sus pasos. Se trata de un período lleno de dudas e incertidumbres, con una amplia variedad de caminos por escoger y la necesidad inaplazable de elegir uno de ellos.

Este libro constituye una herramienta fundamental para los padres porque les facilita las claves para orientar a sus hijos y valorar, junto con ellos y sus tutores académicos, las distintas alternativas y oportunidades que nuestro sistema educativo y laboral ponen a su alcance. Con él adquirirán algunas nociones esenciales de psicología enfocada al adolescente, así como aprenderán a redactar un proyecto personal de vida o a descubrir las múltiples y secretas inteligencias de su hijo.

Un futuro para tu hijo recoge las reflexiones de los mejores expertos en orientación profesional y se convertirá en el aliado indispensable de todos los padres que estén dispuestos a desempeñar un papel activo en un momento tan decisivo para la vida de sus hijos.

Vicente Hernández, coordinador de esta obra, es doctor en Pedagogía, profesor titular de la Universidad Pontificia Comillas ICAI-ICADE y experto en el área de Orientación Educativa, Profesional y Familiar.

Actualmente dirige la revista *Padres y maestros* y es el investigador principal del Proyecto Orión: Observatorio de Preferencias académicas y profesionales de los estudiantes de Secundaria y Bachillerato de la Comunidad de Madrid.



Un futuro para tu hijo recoge parte del libro *¿Cómo orientar profesionalmente a tu hijo?*, editado por la Fundación Bertelsmann y disponible en www.orientaratuhijo.com

Edición en formato digital: marzo de 2017

© 2017, Gonzalo Aza, César Bona, Ciro Caro, Belén de la Banda, Amparo Escamilla, Natalio Extremera, Arantxa Garay-Gordovil, Ana García, Jerónimo García, César García-Rincón, Ignacio Gonzalo, Vicente Hernández, Oriol Homs, Sonia Jadraque, Isabel López, Luis López, Sara Lozano, Aurora Muñoz, Rogelio Núñez, Mario Pena, María Prieto, José Manuel Sáenz, Victoria Urzáiz

© 2017, Penguin Random House Grupo Editorial, S. A. U.

Travessera de Gràcia, 47-49. 08021 Barcelona

Coordinación editorial: Vicente Hernández Franco

Diseño de portada: Bronce estudio

Penguin Random House Grupo Editorial apoya la protección del *copyright*. El *copyright* estimula la creatividad, defiende la diversidad en el ámbito de las ideas y el conocimiento, promueve la libre expresión y favorece una cultura viva. Gracias por comprar una edición autorizada de este libro y por respetar las leyes del *copyright* al no reproducir ni distribuir ninguna parte de esta obra por ningún medio sin permiso. Al hacerlo está respaldando a los autores y permitiendo que PRHGE continúe publicando libros para todos los lectores. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, <http://www.cedro.org>) si necesita reproducir algún fragmento de esta obra.

ISBN: 978-84-253-5521-9

Composición digital: M.I. Maquetación, S.L.

www.megustaleer.com

Penguin
Random House
Grupo Editorial

Índice

Un futuro para tu hijo

Prólogo

Introducción

Primera parte: Habilidades parentales

1. Conocer a nuestro hijo adolescente
2. Cómo conversar con nuestro hijo
3. Orientar a nuestros hijos: herramientas básicas de psicología

Segunda parte: Trabajar en el siglo xxi: habilidades necesarias

4. Descubrir las múltiples y secretas inteligencias de nuestro hijo
5. Competencias socioemocionales y empleabilidad
6. La competencia intercultural y de internacionalización
7. Las competencias digitales

Tercera parte: Diseñemos el futuro

8. Cinco claves para desarrollar la competencia emprendedora
9. La habilidad de ser uno mismo: competencia de interioridad
10. Un proyecto para vivir la vida

Cuarta parte: Empresa, Formación Profesional y Educación Superior

11. La empresa
12. La Formación Profesional
13. La Educación Superior

Sobre este libro

Sobre Vicente Hernández

Créditos

Índice

Un futuro para tu hijo	2
Prólogo	4
Introducción	8
Primera parte: Habilidades parentales	12
1. Conocer a nuestro hijo adolescente	14
2. Cómo conversar con nuestro hijo	20
3. Orientar a nuestros hijos: herramientas básicas de psicología	26
Segunda parte: Trabajar en el siglo XXI: habilidades necesarias	33
4. Descubrir las múltiples y secretas inteligencias de nuestro hijo	35
5. Competencias socioemocionales y empleabilidad	49
6. La competencia intercultural y de internacionalización	56
7. Las competencias digitales	62
Tercera parte: Diseñemos el futuro	68
8. Cinco claves para desarrollar la competencia emprendedora	69
9. La habilidad de ser uno mismo: competencia de interioridad	76
10. Un proyecto para vivir la vida	81
Cuarta parte: Empresa, Formación Profesional y Educación Superior	87
11. La empresa	89
12. La Formación Profesional	95
13. La Educación Superior	101
Sobre este libro	107
Sobre Vicente Hernández	108
Créditos	110