

Compañía, el mejor regalo.

Lic. Galo Guerra. Psicólogo Modificador de Conducta,
Director del Instituto Cognitivo Conductual INCO
Oficina 255 1380 correo info@incocr.org

Desde estos tiempos, los almacenes, tiendas y centros comerciales nos han empezado a bombardear ya con sus ofertas y descuentos para la época navideña. La visión comercial y materialista de esta época ya nos ha comenzado a invadir, y nuevamente la mayoría de las personas van a olvidar lo que resulta realmente importante de estas fechas, tener tiempo juntos.

Uno de los aprendizajes que le inculcamos a los pequeños, es la necesidad de tener que gastar dinero en navidad, asociando los regalos caros e innecesarios o inmerecidos a un mes en específico.

El error en realidad está en hacer énfasis en la necesidad (o necesidad, todavía no sé) de los regalos. Por ejemplo, la mayoría de las personas se sienten comprometidas a tener que hacer regalos a sus amigos o familia, y en caso de no tener dinero para ello, es una oportunidad para pasar desapercibidos y no llamar o visitar.

En realidad, los valores personales se han distorsionado, pues el verdadero regalo es el tiempo de visita. ¿Cuántas veces no se ha asistido a una fiesta, o cumpleaños, por no tener dinero para regalar algo?, o ¿cuántas veces se ha sentido en la obligación de tener que llevar algún presente porque de lo contrario, no le verán bien?. A los hijos hay que enseñarles que la cercanía emocional, el acto de presencia, el compartir una tarde con usted es un regalo muy gratificante.

La visión de que acompañarse es suficiente regalo, es fácil de enseñar, simplemente necesita consistencia y constancia en el tiempo. El punto es que usted que es adulto también lo crea. De nada sirve que se intente inculcar un valor en el que no tiene credibilidad.

Cada navidad se escucha a muchas personas quejarse de que los valores se han perdido, y que ya no hay noción de que verdaderamente importa. Revélese y haga un cambio. Si no se empieza ahora ¿cuándo?.