

La última investigación sociológica de la Fundación SM, "Jóvenes españoles 2010", orientada a jóvenes entre 15 y 24 años, en el apartado referido al tiempo libre destacaba el valor de las actividades de tipo social o de puertas afuera, como ir a bares, discotecas, al cine, etc. Un 26,8 % afirmaba la importancia de beber y *hacer botellón* y un 10 % consideraba importante o muy importante el consumo de drogas cuando salen *de fiesta* con los amigos. En este sentido, la Encuesta Estatal sobre Uso de Drogas en Enseñanzas Secundarias, ESTUDES 2010, nos da a conocer que la edad de inicio en el alcohol se sitúa en los 13,7 años y marca la escalada en el consumo de drogas. Estos datos tan significativos exigen reflexión.

Es necesario que el adolescente tenga un grupo de amigos que cuenten con él para el tiempo de ocio, y eso le permita abrirse a la sociedad y sentirse seguro en sí mismo. El joven que no se integra en ningún grupo no desarrolla ciertas habilidades sociales necesarias en la vida, puede sufrir de timidez y con frecuencia es presa de complejos. Los inconvenientes de esta integración grupal es que el joven se siente obligado a hacer *seguidismo* del criterio de la mayoría so pena de quedar aislado.

En un alto porcentaje, el grupo, en su mentalidad y conducta, es un reflejo de la sociedad en la que vive. Pero, ¿cómo es esta sociedad? El papa Benedicto XVI se lamentaba: "Una sociedad del bienestar, materialmente desarrollada, pero que oprime el alma, no está en sí misma bien orientada hacia un auténtico desarrollo. Las nuevas formas de esclavitud, como la droga, y la desesperación en la que caen tantas personas, tienen una explicación no sólo sociológica o psicológica, sino esencialmente espiritual". El alcohol, las drogas o la extrema libertad sexual pueden estar ocultando el gran vacío de una vida sin horizonte, muy centrada en lo inmediato y poco dispuesta a la frustración.

Ante la sociedad que nos ha tocado vivir, con sus defectos y virtudes, no existen recetas milagrosas para prevenir comportamientos perjudiciales. La educación es determinante para transmitir a los hijos principios de esfuerzo y respeto al prójimo y cultivar su autoestima, proporcionándoles una estructura psicológica fuerte que, ya de adolescentes, les ayude a decir *NO*.

Por otro lado, la adolescencia es una etapa hermosa e idealista, aparecen expresiones fantásticas de creatividad, deporte, asociacionismo... Pero si la energía sólo se pone en *quemar* el fin de semana, se degrada. Los padres y educadores han de favorecer que el joven tome contacto con grupos que prescindan de la nocturnidad, de las drogas y bebidas alcohólicas y del sexo promiscuo. Pero, ¿existen tales grupos? Por supuesto que sí; en menor proporción se dan jóvenes inconformistas que, sin exagerar los peligros de las costumbres mayoritarias, se resisten a aceptarlas en su conjunto como buenas, utilizando el tiempo libre para su propio enriquecimiento (físico, psíquico e intelectual) e integrándose en grupos que encuentran en Dios el sentido de su existencia y, además, la ocasión inestimable para colaborar en todo aquello que sea preciso y valioso.

Todos nos debemos sentir comprometidos en una labor encaminada a fomentar grupos "contraculturales" que permitan a cualquier joven disfrutar de su tiempo de ocio como Dios manda, sin sentirse por eso raro o *anormal*. Una juventud así será optimista frente a las dificultades que la vida presenta y merecedora de toda nuestra confianza para el próximo futuro.





**CENTRO DE ORIENTACIÓN  
FAMILIAR DIOCESANO  
"SAGRADA FAMILIA"**

DIRECTOR: JOSÉ M<sup>ª</sup> MORA MONTES  
NEUROPSIQUIATRA

**Servicio especializado de atención  
integral a los problemas familiares**

- Terapia familiar y multidisciplinar
- Orientación matrimonial y familiar
  - Orientación en la sexualidad
  - Comunicación en la pareja
- Conocimiento de la fertilidad
  - Educación de los hijos
  - Prevención del aborto
- Formación para la vida y el amor
  - Atención personalizada

INFORMACIÓN Y CITAS

LUNES A VIERNES DE 18 A 20 H

C/. Diego María Crehuet 14, 1º B  
Teléfono: 927 241827

<http://www.familiaavidacc.es/COF/>



**Familia que reza unida...**

Todos queremos que nuestros hijos sean personas de bien, que sean respetuosos y sean respetados, que vivan en clave de donación superando todo individualismo. Esto será posible sólo si hay una fuerte unidad familiar en la que los valores no son simplemente axiomas o una declaración de intenciones, sino una realidad viviente en el comportamiento de todos sus miembros.

La respuesta es la oración, ya que la familia que reza unida permanece unida. La oración en familia adopta formas muy variadas. Comienza con un breve ofrecimiento del día. Luego, durante la jornada, se puede mantener la presencia de Dios a través de plegarias espontáneas ante lo que va surgiendo: el examen de un hijo, la reunión de mamá en la oficina o las necesidades del abuelo. A la hora de la cena se congrega de nuevo la familia; la bendición de los alimentos es una costumbre que vale la pena establecer. El rosario en familia y asistir juntos a la misa dominical son también fuente de unión. Antes de dormir, podemos fomentar que cada hijo dé las gracias por los favores recibidos ese día.

En definitiva se trata de lograr lo que nos enseñó Juan Pablo II: "La familia está llamada a ser templo, o sea, casa de oración: una oración sencilla, llena de esfuerzo y ternura. Una oración que se hace vida, para que toda la vida se convierta en oración".

Agustín de la Vega.  
*Revista Misión nº 19*

## EDUCAR EN LA ALEGRÍA

Las mayores y mejores alegrías las produce el amor y, dentro de todos los amores (de novios, de esposos, de hijos, de padres, etc.), el mejor es el Amor de Dios: donde está, Él siempre da la alegría. Partiendo de esta base que es la principal, vamos a ver ahora cómo nosotros también podemos aprender a tener alegría y así enseñar a nuestros hijos. Creo que estamos en un tiempo propicio para hablar de este tema.

Lo primero sería crear hábitos de optimismo, ¿cómo se puede hacer esto? Procurando descubrir todas las maravillas que hay en el mundo, no viendo nuestro entorno como algo anodino y frío y, por supuesto, no reparando sólo en lo negativo, en lo malo. Es cierto que existe lo malo y lo desagradable, pero hay que contrarrestar: intentemos contemplar lo bello y lo bonito también. Todos huyen de la persona que siempre cuenta, y además con detalle, todas las penas que le suceden. Procuremos entonces ejercitarnos en la alegría para no ser así.

Otro aspecto a considerar sería no dejar que los motivos de amargura que tengamos invadan nuestro tiempo de descanso ni el

de los que nos rodean, tratemos en esos momentos de distraernos con algo que nos saque de la mente. Cuando hay causas de tristeza y aflicción se les dedica el tiempo necesario para resolverlas, si es que se pueden resolver, y si no, hay que aprender a aceptarlo por muchas razones. Entre ellas, para un cristiano, que es la Voluntad de Dios. **Dios sabe lo que hace** y, de todo, hasta de los males, saca siempre bienes. Hay que saber enseñar a nuestros hijos que en la tierra no existe situación ideal.



Con la tristeza se hace daño a la salud del cuerpo y del espíritu; no en vano se dice que es aliada del *Enemigo*. Si ahondamos en los orígenes de la tristeza comprobamos que hay varias explicaciones: por soberbia, por estar lejos de Dios, por querer tener más que otros, por envidia... Aquí la solución viene de darnos a los demás sin pensar en nosotros mismos o, dicho de otra manera, amor a Dios y al prójimo: Caridad, en una palabra.

El papa Benedicto XVI dice que la alegría es el testimonio más claro de la belleza y la fiabilidad de la Fe.

*Una madre de familia*