

## EL CONSUMISMO.

El motor de la economía en nuestras sociedades occidentales se retroalimenta a base de consumir y consumir. El consumismo está catalogado ya como una patología, lo que significa que no solamente repercute en la conducta, sino también en la salud mental y emocional de las personas que lo padecen.

El consumista vive en un estado de ansiedad continua, nunca se siente satisfecho y necesita comprar y comprar. Adquiere muchas cosas que nunca utilizará y de las que puede prescindir perfectamente. No valora el esfuerzo ni el sacrificio, para él ser es tener.

En un ambiente consumista como el que nos envuelve, la sobriedad es la mejor vacuna. Por eso, no está de más que demos menos a nuestros hijos, para que sean capaces de sacrificarse y puedan ser libres de renunciar a lo que no necesitan.



¿Cómo podemos lograr que nuestros hijos no caigan en el consumismo?

- Predicando con el ejemplo. Si nosotros, los padres, estamos atrapados en la rueda del consumo, si la excursión familiar del fin de semana consiste en visitar unos grandes almacenes, si sólo hablamos de qué coche nos gustaría tener o de la casa que tiene fulanito, estaremos metiendo a nuestros hijos en el remolino del consumismo.
- A veces tenemos la falsa idea de que lo mejor que podemos hacer por nuestros hijos es darles todo lo que nosotros no hemos tenido. Resulta difícil negarle un juguete a un niño de 6 años, sobre todo, si para conseguirlo nos monta una rabieta, sin embargo, negárselo (lo fácil es comprárselo) le estamos educando.
- Acostumbrarles a que nos pidan permiso para comprarse algo, aunque sea con su dinero.
- Controlar sus gastos y la paga que le damos. Las propinas que les den otros miembros de la familia la echará en la hucha y se la controlaremos nosotros.
- Pero lo más importante que tenemos que hacer es ayudarles a buscar un sentido a su vida y a que sean hombres y mujeres cuyos intereses vayan más allá del tener: que sean buenos amigos, buenos profesionales, buenos compañeros, que valoren a las personas por lo que son, no por lo que tienen, enseñarles que las cosas sólo son medios y las personas libres.



Extracto del Departamento de Orientación de “No se lo digas a mis padres” Guembe, P. y Goñi, C. Ed/ Ariel. Barcelona. 2006.

¿Qué podemos hacer si nuestro hijo ya está atrapado por el consumismo?

- En primer lugar darle afecto. El ansia de tener se relaciona con la falta de afecto. Volcarnos sobre él o ella y llenarle ese vacío.
- Enseñarle a administrar el dinero. Su empresa está en quiebra y hay que hacer algunos reajustes.
- Controlar la entrada en casa de estimuladores del consumo: revistas de teléfonos móviles, de coches, de ordenadores, de videojuegos... y publicidad diversa.
- Practicar la generosidad. Una terapia de choque podría ser una visita a un orfanato o a un comedor de beneficencia, también sirve un documental sobre el Tercer Mundo.
- Hacerle ver que es una víctima más del consumismo y mostrarle los intereses que hay detrás.