



La sinceridad:

¿una virtud o un defecto?

A pesar de que vivimos en un mundo en el que se promueve y se justifica la mentira como algo normal, **la sinceridad es un valor importante.**

La **sinceridad** se define como **la actitud congruente** de una persona, es decir, que lo que piensa y cómo actúa se corresponden.

¿Qué debemos hacer para ser sinceros? _____

- **Decir siempre la verdad.** Muchas veces hacemos uso de las "mentiras piadosas" con cosas que para nosotros no tienen importancia. Siempre hay que recordar que de un grano de arena puede surgir una montaña.
 - **En la sinceridad las palabras deben acompañar a la actitud.** No podemos decir que estamos alegres si nuestra cara muestra tristeza, por ejemplo. Decir la verdad es una parte de la sinceridad, pero también actuar conforme a la verdad es requisito indispensable.
- A veces faltamos a la sinceridad por descuido,** tal vez por miedo a herir a una persona o porque no estamos seguros de si el acontecimiento es real o no.

¿Qué se requiere para ser sincero y no caer en la hostilidad? _____

- Para ser sincero hay que **tener tacto** en primer lugar.
 - Debemos ser conscientes de que **el propósito es ayudar y no herir.** Debemos mostrar la buena intención en cada momento y tener en cuenta las necesidades del otro.
 - Siempre hay que **encontrar el momento y lugar oportunos** para asegurarnos que la persona tiene una buena actitud para escuchar la verdad y assimilarla sin sentirse dañada.
- Hay que tener claro que la persona sincera dice la verdad siempre, en todo momento, aunque le cueste, sin temor al qué dirán ya que hay que reconocer que vernos sorprendidos en la mentira es más vergonzoso, ¿o no?





EL VALOR DE LA SINCERIDAD EN LOS NIÑOS

La **sinceridad** significa expresarse con **sencillez** y **veracidad**, sin fingimientos, dejando de lado la **hipocresía** y la **simulación**.

Existen muchas razones para fomentar este valor entre los **niños**. **La sinceridad es necesaria para gozar de una óptima salud mental**. Cuando un **niño** miente, se siente mal consigo mismo. La sinceridad es imprescindible para establecer **relaciones interpersonales** en cualquier sistema (colegio, familia, etc.). Si el niño se sincera con el adulto, este también se sincera con él. A partir de ello se establecerá un fuerte lazo de unión entre ambos. Finalmente, la sinceridad promueve la **convivencia** en un entorno justo. Cuando las personas se caracterizan por ser sinceras, contribuyen al manejo y resolución pacífica de situaciones problemáticas.

La intensidad con que se puede vivir la **sinceridad** dependerá de la capacidad de la persona para reconocer lo que es la situación real. Se impone entonces

enseñar a los **niños** a distinguir entre la **realidad** y la **fantasía**, entre **hechos** y **versiones**, entre lo **importante** y lo **secundario**. Ser sincero es ser honrado y justo en todas sus relaciones, empezando por la relación con uno mismo.

No debemos esperar a que nuestro hijo mienta en algo importante para comenzar a preocuparnos por educarlo en la virtud de la sinceridad. La sinceridad requiere por lo tanto actitudes positivas para su crecimiento, no sólo se deben combatir las mentiras y los engaños, sino que es nuestro deber transmitir a los niños un modelo adecuado de verdad. El niño debe entender que "**decir la verdad es positivo**", para esto es necesario que entienda que, aunque le traiga algunos problemas, "**decir la verdad**" aumentará la confianza que los padres y amigos tienen en él.

Cuando sea sincero, debemos aprovechar la ocasión para reforzar después la bondad de su acción, para que sea consciente del valor que tiene decir la verdad, lo bien que ha actuado y el significado que tiene esto para nosotros.