

¿Cómo establecer metas con la familia?

Por Cristina Jáuregui

La familia como cualquier grupo que formemos, es importante que tenga una estructura. Una familia bien estructurada, con reglas y metas claras, conseguirá tener a todos los miembros felices y tranquilos. La incertidumbre nos hace mucho daño y tener una meta en familia nos tranquiliza, cada una de las personas que la integran tienen claro su papel y hacia donde se espera y deben de dirigirse.

Lo primero empieza por los adultos, hay que ponerse de acuerdo en la dirección que queremos para la familia, los valores que son importantes para nosotros y que esperamos que los hijos hagan.


Muchas veces nos ayuda imaginarnos como un equipo deportivo, donde todos quieren el bien común, se valora el trabajo en equipo, la cooperación y el respeto. Cada uno de los integrantes sabe claramente que es lo que tiene que hacer y se mantiene una buena comunicación con el o los entrenadores.

Los jugadores saben que su participación es muy importante para el equipo y entienden que cada uno de ellos tiene diferentes destrezas que aportar, se valoran y se respetan, se saben importantes para el éxito del equipo.

Pasándolo a una familia los adultos responsables tienen que definir una meta en común y para esto hay que tener claro los valores que consideran importantes estos pueden ser:

El ser honrado, el ser exitoso, el ser buen deportista, el ser trabajador, el ser sociable, el tener una familia unida, el ser respetuoso, el ser ordenado, el ser colaborador, el ser responsable, el ser líder de la comunidad, el luchar por la igualdad de géneros, etc.

Ya que se tienen hablados los valores se comienzan a aplicar en la familia las acciones necesarias para llevarlos a cabo. Por ejemplo: el orden, desde que los hijos son pequeñitos se les asignan tareas propias de su edad para que las realicen como, al quitarse la ropa ponerla en el canasto de la ropa sucia, tender la cama, recoger los juguetes y poco a poco conforme van creciendo las acciones van aumentando.



Al establecer acciones y valores los padres saben claramente que esperan de sus hijos en el futuro y los hijos saben que se espera de ellos. Se saben parte de una familia que los toma en cuenta y que los necesita para el éxito de la misma y eso les da seguridad.

Recordemos que es muy importante establecer una buena comunicación con ellos y hacerlos sentir que pueden aportar ideas nuevas e inclusive manifestar si sienten alguna injusticia. No importa si eres una familia tradicional, reconstruida o si eres padre o madre soltera, las metas se aplican igual. Siempre hay que ser realista y no poner metas imposibles de cumplir.