

CUATRO HERRAMIENTAS PARA RESCATAR LOS VALORES EN LA FAMILIA

La familia es uno de los regalos más extraordinarios y maravillosos que los seres humanos podemos tener. Es con nuestra familia que vivimos la primera experiencia de socialización. Es en esta donde debiéramos aprender a amar y desarrollar el sentido del otro.



Sin embargo, vemos cómo los valores familiares han ido perdiéndose poco a poco, al punto en que en la actualidad se han ido “naturalizando” algunos antivalores.

Esa pérdida de los valores familiares puede deberse a varios factores:

- **El uso inadecuado de la tecnología:** aquellas familias que han perdido la conexión mutua, el hablar mirándose a los ojos, el prestar atención y escuchar sincera y atentamente al miembro que habla, por el hecho de estar conectado al celular, la Tablet o la televisión.
- **El uso inadecuado de las redes sociales:** dar mucha importancia a compartir en las redes cada una de las cosas que hace la familia o los hijos con tanto afán que se pierde la verdadera esencia de vivir y disfrutar del momento.
- **Dejar de ser una prioridad:** cuando en la familia puede ser más importante el trabajo y ganar dinero u otras actividades, por encima de dar tiempo de calidad a la familia o darle su verdadero lugar.
- **La falta de límites claros:** muchas veces no tener claro lo que está permitido o no, entre los miembros de esta comunidad, puede traer como consecuencia que se pierdan valores como el respeto, la honestidad y la sinceridad.



Estamos a tiempo de rescatar el valor de la familia y los valores que se aprenden en esta. Por eso, comparto contigo las siguientes herramientas:

1. **Escuchar versus oír:** esto va más allá de oír lo que los miembros de la familia están diciendo, es escuchar verdaderamente poniendo atención a los detalles, los sentimientos, los pensamientos de cada uno de los miembros.



2. **Centrarse en las soluciones:** Es normal que puedan presentarse inconvenientes en la familia, estos al contrario de lo que muchos piensan traerá un crecimiento y un gran aprendizaje. Cuando se presente una situación más que concentrarse en las quejas, las críticas, se puede realizar una reunión familiar donde se dediquen únicamente a la búsqueda de soluciones y a que cada uno asuma la responsabilidad de lo que hará para aportar a la solución.



3. **Establecer normas y límites en el hogar:** Lograr una buena convivencia y la armonía en el hogar requiere de una normativa clara y precisa de lo que está permitido y lo que no, esto permitirá a los miembros actuar con cautela, pensar las cosas antes de hacerlas, ser responsables, asumir consecuencias, pero sobre todo esto permitirá el respeto mutuo entre los miembros de la familia.



4. **Reconocer lo bueno de cada miembro:** tomarse el tiempo de decir las cosas buenas que tiene cada uno de los miembros de la familia. A veces, padres e hijos se concentran en decir lo que está mal, o ponen etiquetas negativas y se olvidan de reconocer también lo bueno.

Estamos a tiempo. Pon en práctica algunas de estas herramientas y verás cómo tu familia se fortalece y consolida.