

**El vínculo que une a la verdadera familia no es de sangre, sino de respeto y alegría por la vida del otro.**

(Richard Bach)



**La familia es la primera escuela de virtudes humanas y sociales. No es un grupo cualquiera, no es igual a nuestro grupo de amigos, vecinos o compañeros de trabajo; en familia somos más que eso. Somos esencialmente humanos.**

Justamente porque es la primera y la más importante escuela que tiene una persona, la familia necesita cumplir unas condiciones que facilitan su tarea y "dicen" si es o no una familia funcional, es decir que sus integrantes crecen como personas y gozan de salud emocional y espiritual: elementos esenciales para ser personas buenas, exitosas y felices.

### ¿Qué necesita tu familia para ser funcional?

**Apertura:** tu familia necesita tiempo... en cantidad y calidad...Primero son las personas.

**Comunicación:** hay que hablar, hay que escuchar...suelta el computador, el celular, la tele...Mira a los ojos, expresa atención...nada vale tanto como un ser humano.

**Detalles:** salir de la rutina, estimular, halagar, celebrar. El trato mismo de cada día, educa.

**Comprensión:** ningún ser humano es igual a otro. Todos tenemos virtudes y también debilidades o limitaciones. La ofensa, la crítica destructiva, la comparación no ha ayudado a nadie a ser mejor.

**Buen ejemplo:** solo el modelo anima las buenas conductas. Muestra el camino, Es la autoridad absoluta. Recuerde que los hijos aprenden de lo que ven en papá y mamá.

**Resiliencia:** la vida trae situaciones difíciles La actitud de los padres frente a las dificultades educa a los hijos para asumir problemas y frustraciones.

**Normas y valores:** son elementos esenciales para la formación recta de la personalidad. Son el soporte de la dignidad humana.

**Hoy en día el mundo está cabeza abajo y sufre tanto porque hay muy poco amor en los hogares y en la vida familiar.**

(Teresa de Calcuta)

**Proyecto de vida:** la familia, en especial los padres, deben tener claro que quieren. Esto hace posible crecer, mejorar, definir metas, y especialmente le da sentido a la vida. Las metas solo económicas dejan vacía la existencia.

**Responsabilidad:** la responsabilidad se educa cuando se estimula la autonomía: uno se hace bueno en algo a medida que lo hace. Si los padres cumplen deberes pueden exigir lo mismo. El modo como una persona asume sus responsabilidades refleja su madurez.

### Para reflexionar...

#### En tu familia:

¿Cuáles de estos elementos son fuertes?

¿Cuáles son débiles?

Define una acción que realizarás para fortalecerte...

**COMPROMÉTETE A CUMPLIRLA**



**MUY FAMILIAR**

Proyecto para la Formación Familiar

Elaborado por Psicóloga Angela M<sup>ª</sup> Tapias M