

## APRENDIENDO Y ENSEÑANDO A ESTABLECER METAS

Cómo establecer metas parece ser una habilidad orientada a los adultos. ¿Cómo ayudamos a nuestros hijos a aprender a definir sus propias metas?

Después de dictar varios talleres para adultos sobre cómo establecer metas, me di cuenta de que muchos adultos carecen de conocimientos básicos acerca de cómo formular metas junto con la estrategia. En mi aula de primaria mis alumnos establecen metas y objetivos conmigo para así poder desarrollar cada una de las ocho inteligencias descritas por Howard Gardner: lingüístico, lógico-matemático, musical, corporal-cinestésico, espacial, interpersonal, intrapersonal y naturalista.

Para nuestro propósito, pensemos en una meta como un lugar al que quisiéramos ir. Digamos que nuestro objetivo es visitar El Gran Cañón. Después de unos minutos de contemplación tratando de establecer objetivos, o pasos necesarios para lograr nuestro objetivo, debemos descubrir que este es en realidad un objetivo desenfocado y que debemos ser más específicos.

Para comenzar a establecer objetivos debemos hacernos preguntas:

¿Por qué queremos ir? Quizás hay otro lugar que, con un pensamiento más profundo, es más deseable.

¿Cuándo queremos ir? Nuestro marco de tiempo determina la mayoría de los objetivos.

¿Dónde exactamente quisiéramos ir en el Gran Cañón y cómo podemos llegar a ese lugar?

¿A pie, a caballo, en barco, en avión, helicóptero, etc.?

¿Quién queremos que vaya con nosotros?

¿Cuánto va a costar?

Después de habernos hecho preguntas de quién, qué, cuándo, dónde, por qué y cómo se muchas de nuestras tareas se hacen evidentes junto con el orden en que estas deben ser ejecutadas.

- Quizás quien vaya con nosotros sea más importante que cuando vamos, y trabajamos entonces en como coordinar la programación con esas personas.

- Quizás los costos deben ser mínimos y planeamos todo en base a un costo fijo.

- Quizás ciertas actividades son importantes para establecer nuestro objetivo y estamos dispuestos a esperar y ahorrar dinero para poder hacer esas cosas.

Cuando clarificamos nuestros objetivos a través de cuestionamientos, no solo enfocamos el objetivo si no que además nos orientamos en como determinar los pasos para que podamos lograrlo.

Maren Schmidt, an AMI trained elementary teacher, is author of *Understanding Montessori: A Guide for Parents*, and writes the weekly syndicated column, *Kids Talk*. Visit <http://MarenSchmidt.com>.

Traducido por Rocío García, Guía Montessori de 3 a 6 años. Visítanos en Instagram @montessori\_barranquilla y la comunidad infantil Beatie St. en Barranquilla, Colombia, Sur América.

Una vez que se determinan las metas y los objetivos deben escribirse y ponerse en un lugar visible. Un lugar donde sean vistos a diario.

**Nuestras metas y objetivos son pautas de acción y se puede cambiar en cualquier momento.** La vida tiene una graciosa manera de cambiar y tal vez nuestro objetivo de ir a El Gran Cañón se vuelve menos prioritario que algo más.

**Cambiar una meta no es un fracaso, pero no planificar es un gran error.**

Aprender a establecer metas y objetivos desde pequeños puede ayudar a nuestros hijos a aprender administrar bien el dinero, a establecer metas de salud, a aprender para lograr sus sueños, y así ayudarlos a sentir control de sus vidas de manera organizada.

**Establecer metas compromete todo nuestro ser, abarcando lo físico, mental, emocional y social.** Es sano tomar unos minutos una vez al mes para determinar metas y objetivos personales en cada una de estas áreas. Los objetivos pueden ser tan simples como aprender a patinar.

Maren Schmidt, an AMI trained elementary teacher, is author of *Understanding Montessori: A Guide for Parents*, and writes the weekly syndicated column, *Kids Talk*. Visit <http://MarenSchmidt.com>.

Traducido por Rocío García, Guía Montessori de 3 a 6 años. Visitanos en Instagram @montessori\_barranquilla y la comunidad infantil Beatie St. en Barranquilla, Colombia, Sur América.