

ideas para Padres

Maneras fáciles para crear relaciones positivas para y con su hijo

DATOS RAPIDOS

Valores

Fundamentales #19 Comunidad Religiosa

Los jóvenes son más probables de crecer saludablemente cuando pasan una o más horas por semana en actividades en una institución religiosa.

EL 63%

de los jóvenes encuestados por el instituto de investigación consideran este elemento como fundamental en sus vidas.

¿Qué significan los valores fundamentales?

Son 40 valores, experiencias y cualidades que ayudan a los niños triunfar. "Comunidad Religiosa" es uno en cuatro valores constructivos para el uso del tiempo.

*Basado en las 217,277 encuestas realizadas por Search Institute a alumnos del 6to al 12mo grado en los Estados Unidos durante el año escolar de 1999-2000

Lo que congregaciones ofrecen

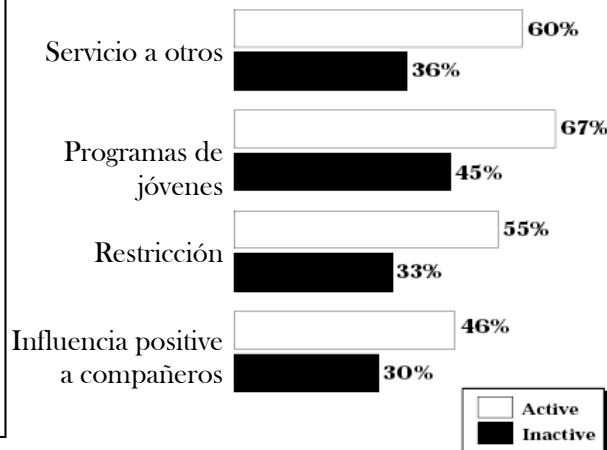
Aunque el hablar de religión puede ser algo sensible, especialmente en escuelas públicas, los investigadores de Search Institute encontraron que los jóvenes quienes están envueltos en congregaciones religiosas son más probables de crecer más saludables que los niños que no están envueltos.

Otras investigaciones han descubierto lo mismo. De hecho, investigadores sugieren que las instituciones religiosas ayudan a los jóvenes a desarrollar en maneras saludables en al menos tres áreas:

1. Reducen comportamiento riesgoso- Aunque a los jóvenes quienes están envueltos en congregaciones se les puede encontrar fumando, tomando, u ocupándose en otros comportamientos de riesgo, investigadores encuentran que sus niveles de

Promoviendo Valores

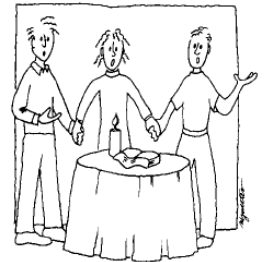
Los investigadores de Search Institute compararon a niños quienes son activos en congregaciones a niños quienes no son activos y encontraron algunas diferencias grandes en el porcentaje de jóvenes grado 6to- al 12mo- año quienes tienen estos valores:



comportamiento de riesgo son mas bajo que los niños quienes no están activos en congregaciones.

2. Ayudan a crear una base de valores- Instituciones religiosas seriamente enfatizan valores positivos. Por eso es importante que elija una congregación sabiamente. Cuando usted encuentra una congregación que enfatiza los valores de su familia, sus hijos son más probable de interiorizar estos valores y hacer decisiones responsables.

3. Exponen a los jóvenes a mas personas- Muchos programas de comunidad atraen a personas de una edad o de un interés. Una congregación atrae a personas de muchas edades y muchos intereses y habilidades. Su hijo puede conocer a otros adultos comprensivos y otros jóvenes quienes comparten valores similares.



Tiempo Juntos

Tres maneras de animar el involucramiento religioso:

1. Visite varias congregaciones, con su hijo/a. Incluya a su hijo/a en decisiones de cómo y donde estar envueltos.
2. Incluya la fe y espiritualidad en su vida diaria. Busque maneras que mejor encajan con sus valores, tradiciones, y cultura.
3. Tenga una reunión familiar para hablar del involucramiento de religión en su familia. ¿Que le gusta a cada persona? o ¿Que no le gusta?

Espiritualidad en la familia

Espiritualidad familiar y religión. El proyecto The Minnesota Family Strength le pregunto a los padres de varios grupos culturales sobre estos temas. Abajo se encuentran algunos de sus comentarios.

1. “No creo que una familia puede ser fuerte sin ser espiritual.”- un padre Afro americano
2. En mis artes y manualidades (cuando hago atrápasueños), pienso en la espiritualidad, los antepasados...siento esa espiritualidad en mi mismo. Me ayuda a querer practicar mas mi cultura para poder aumentar fuerzas.”- un padre Indio americano
3. “Cuando no hay religión, no hay armonía familiar. Por eso la religión es una parte importante para la armonía familiar.”- un padre somalí
4. “Buenos morales, valores, fe, ir a la iglesia, viviendo una vida buena y limpia mantiene a la familia saludable.”- un padre Chicano/ Latino

Hablen Juntos

Preguntas para discutir con su hijo/a:

- ¿Como te sientes de nuestra congregación (o que no atendamos a una congregación)?
- ¿Que tan envueltos en actividades religiosas son los niños a quien tu admiras? ¿Y los niños a quienes evitas?
- ¿Cual fue tu experiencia mas positiva en la comunidad religiosa? ¿La más negativa?

Un consejo rápido:

Hágase un miembro activo de una congregación para promover el bien estar de su hijo/a

Más Ayuda Para Los Padres

10 Principios para ser padres espirituales: Cultivando el alma de su hijo/a. (10 Principles for Spiritual Parenting: Nurturing Your Child's Soul) por MiMi Doe con Marsha Walch, Ph.D., contiene ejercicios y sugerencias practicas para ayudar a expresarse espiritualmente dentro de la familia. (Publicado por Harper Perennial.)

Palabra Final

“La mayoría de las personas quienes tienen lo que yo quiero-que es propósito, corazón, balance, gratitud, alegría-son las personas con sentido profundo de la espiritualidad.”-Anne Lamott

Información Básica de la inhalación pasiva de humo/secondhand smoke

Mas hechos reales...

- Un cuarto lleno de humo tiene 6 veces mas de la contaminación que una carretera.
- Para que todo el humo se salga de un cuarto toma mas de 3 horas.
- Casi el 60% de los niños de los U.S. entre los 3 y 11 años de edad — o casi 22 millones de niños — están expuestos a la inhalación pasiva de humo.
- La inhalación pasiva de humo es la causa de 300,000 casos de neumonía y bronquitis de niños cada año.