

ideas para Padres

Maneras fáciles para crear relaciones positivas para y con su hijo

Datos Curiosos

Categoría de los Elementos Fundamentales

Capacitación para una buena causa

Los jóvenes tienden a crecer más sanamente cuando se sienten apreciados y valorados.

Los jóvenes hablando

- “Aplaudan mis esfuerzos y logros”
- “Ayúdenme a solucionar mis problemas y a mejorar mis acciones”
- “Déjenme hacerme cargo de ciertas cosas cuando sienta que las puedo hacer”

El Valor del Aprecio

Todos quieren sentirse y ser valorados, pero para los niños y jóvenes les es más fácil sentirse así con solo ayudar un poco. En nuestra sociedad *acelerada*, por lo general es más fácil hacer cosas *para* los jóvenes que *junto* a los jóvenes.

Los jóvenes necesitan roles con sentido y valiosos en la casa, en la escuela, en la comunidad y en todos los lugares en donde pasen su tiempo. Ellos también necesitan sentirse seguros. Cuando los niños y jóvenes se sienten seguros y valorados, estos están más aptos para unirse a sus familias, escuelas y comunidad. Luego, se vuelven más valorados porque *quieren* contribuir.

La capacitación para una buena, sensación de que uno puede hacer una diferencia y de que tiene un lugar o rol, comienza en el hogar y de manera lenta. ¿Qué es lo que hace a su hijo sentirse valorado? ¿Qué habilidades y talentos tiene

su hijo para ofrecer? ¿Qué roles, apropiados para su edad, tiene su hijo en la familia?

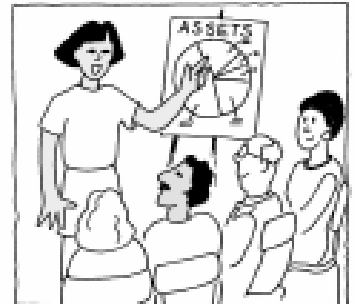
¿Y usted?

Como padre,

¿cómo es

motivado para ayudar? De niño, ¿Qué lo hacía sentirse valorado? ¿Y de joven? Con su experiencia, ¿cómo puede crear un hogar que estimule a los niños?

Aunque usted no sepa la respuesta a todas estas preguntas, comience hoy a capacitar a su familia a cómo ayudar a los demás. Comience de a poco. Hoy mismo puede ayudar a su hijo a sentirse valorado y valioso.



Una idea fácil:
Capacite y estimule a su hijo ofreciéndole distintas alternativas.

Consejos Útiles

Ideas para alentar a sus hijos fácilmente:

- **Tenga a menudo reuniones familiares para planear, solucionar problemas y alentarse el uno al otro. Alterne a quien guíe la reunión.**
- **Involúcrese con la escuela de su hijo y con la comunidad.**
- **Piense en usted como el entrenador de los buenos actos de sus hijos.**
- **Asegúrese de que su comunidad desarrolle oportunidades valiosas para los jóvenes.**

4 Áreas

Básicas de la Capacitación para las Buenas Causas

Los investigadores del Instituto de Investigación han identificado 4 elementos fundamentales para la capacitación de buenas causas que son cruciales para ayudar a los jóvenes a crecer sanamente. Conozca las áreas más fuertes en la vida de su hijo:

- **La comunidad valora a los jóvenes:** Su hijo siente que los adultos en su comunidad valoran a los niños y jóvenes.
- **Los jóvenes como recursos:** Su hijo recibe roles útiles en su comunidad.
- **El servicio a los otros:** Su hijo ofrece su servicio a la comunidad por una hora o más a la semana
- **Seguridad:** Su hijo se siente seguro en la casa, la escuela y el vecindario.

Estimulación y Capacitación a través de los Años

Edad	Maneras de estimular a sus hijos
0-1	<ul style="list-style-type: none">- Sostenga a los bebés y a los niños pequeños para que así puedan ver lo que hay a su alrededor.- Organice la vida familiar alrededor de las necesidades de los niños.
2-3	<ul style="list-style-type: none">- Vigile a los niños para que se encuentren seguros en todo momento.
4-5	<ul style="list-style-type: none">- Encuentre maneras simples para que los niños ayuden a los demás. Por ejemplo: Pueden ayudar a guardar juguetes en una caja para ser donados.- Sepa dónde se encuentran los niños en todo momento.
6-10	<ul style="list-style-type: none">- Lleve a los niños cuando visite a los ancianos o a personas enfermas.- Déle pequeñas tareas a los niños, tales como separar la ropa para lavar por colores, juntar las medias por pares o alimentar a los animales domésticos.- Enséñele a los niños su nombre y apellido, dirección y número de teléfono.
11-15	<ul style="list-style-type: none">- Pregunte a los niños cómo quieren ayudar a los demás.- Utilice el sistema <i>amigo</i>. Cuando los niños salgan a jugar afuera que lo hagan de a pares.- Pregunte a los niños lo que les gustan y lo que no les gusta de sus rutinas. Haga ciertos cambios luego de sus comentarios.
16-18	<ul style="list-style-type: none">- Utilice o tenga como decoración lo que su hijo prepare.- Discuta con su hijo los miedos y sentimientos de no estar seguros. Trabajen juntos en esto. Prepárese para preguntas sobre la seguridad en la escuela y en citas.- Pida ideas a sus hijos para los proyectos de las familias de la comunidad. Ayude a llevar a cabo las ideas de sus hijos.- Ríase de los chistes de sus hijos.- Siga permitiéndoles a sus hijos una independencia gradual mientras le enseña técnicas de seguridad (incluya información sobre buenas decisiones sobre la salud física y mental) para que así se prepare para vivir independiente a los 18 años de edad.- Si su hijo quiere trabajar, aliéntelo a conseguir un trabajo que lo motive y se equilibre con sus actividades cotidianas.- Si su hijo se siente listo, aliéntelo a hacer actividades de liderazgo que le interesen (tales como personas sin hogar, racismo, hambre en el mundo, entre otros)

Más Ayuda Para Los Padres

Empowering your child: How to help your Chile Succeed in School and Life de C. Fred Bateman. Este libro sugiere cómo crear un hogar que estimule a los hijos y cómo ser un padre estimulador. (Publicado por Hampton Roads Publishing Company.)

La Ecuación de la Estimulación
C. Fred Bateman, autor de
***Empowering Your Child*, define a**
la estimulación por parte de los
padres con la siguiente ecuación:
Interactuar con los desafíos de la
vida + Entender a esos desafíos
como algo valioso para todos =
Estimulación para buenos actos.

Palabra Final

“Cada niño se merece ser reconocido y apreciado por las cualidades que lo/a hacen único/a”- Lee Salk, PhD., autora de *Familyhood*.