

Conviértete en grandes ayudantes

Durante las vacaciones, hay oportunidades en todas partes para ayudar a los niños a comprender por qué y cómo ayudar a las personas. Hay colectas de alimentos, colectas de juguetes, colectas de ropa, árboles de donación, comedores de beneficencia y más.

Y hay evidencia de que los niños son receptivos a estos mensajes de ayuda. Las investigaciones sugieren que tienen un instinto profundamente arraigado de compartir y ayudar a los demás, desde que son muy pequeños. Un estudio incluso encontró que los niños pequeños disfrutaban dando a los demás más de lo que les gusta recibir golosinas o regalos para ellos mismos. Los niños parecen tener un impulso fuerte y natural de ser amables y generosos.

"Creo que ayudar a nuestros hijos a experimentar la felicidad que proviene de dar a los demás es probablemente una de las formas más valiosas en las que podemos fomentar la generosidad en ellos. Se pone en marcha este ciclo positivo: dar hace feliz a la gente y la felicidad promueve el dar".

-Lara Akin, PhD
Profesora asistente
Simon Fraser University



Entonces, ¿cómo podemos asegurarnos de que dar se sienta bien para los niños y lanzar este "ciclo positivo" de felicidad y generosidad? A continuación se muestran 9 ejemplos de cómo puede ayudar a sus hijos a aprender a comprender la empatía y a desarrollar el hábito de ayudar a los demás.

1. Utilice la palabra "ayuda" con sus hijos a menudo

Busque oportunidades para que su hijo se sienta valorado por ser un ayudante y por ayudarlo a usted o a otra persona, incluso en pequeñas formas. Refuerce la acción de su hijo fortaleciendo su autoestima y convirtiendo la ayuda en un hábito.

2. Anime a sus hijos a describir cómo ayudaron a otra persona

Puede hacer que esto sea aún más divertido pidiéndoles que se dibujen a sí mismos haciendo algo para ayudar a otra persona. Luego, tenga una conversación al respecto y anime a su hijo a que describa la historia en la imagen que hizo.

3. Muéstrole a su hijo cómo tener el valor de ayudar a los demás

Explique que a veces tiene que hacer las cosas que le temen para ayudar a los demás. Siempre que sea seguro, puede ser importante ser valiente y ayudar a otra persona.

4. Ayuda a alguien que lo necesite

Los niños que se ofrecen como voluntarios para ayudar a los niños necesitados muestran a otros niños que tienen la capacidad de mejorar la vida de otras personas, lo que refuerza que las cosas siempre pueden mejorar, ser más felices y más positivas. Especialmente si estamos dispuestos a ayudarnos unos a otros.

5. Ahorre un pequeño cambio para hacer una donación

Capacite a su hijo para que ahorre algunas monedas o artículos para donarlos a una buena causa. Esto le enseña la importancia de ayudar a los demás y también le muestra a su hijo que hay personas y organizaciones que siempre están ahí para ayudar si ellos (o su familia) alguna vez lo necesitan. También le demuestra a su hijo cómo las donaciones realmente marcan la diferencia.

6. Piense en proyectos divertidos para mostrar gratitud a los demás

Por ejemplo, hornee galletas para los bomberos locales. Entregue las galletas con una nota de su hijo que diga: "Gracias por su disposición para mantenernos a salvo". Explíquelo a su hijo cómo los bomberos ayudan a los demás tanto en formas grandes como pequeñas. Con su hijo, entregue tarjetas o regalos caseros a amigos, familiares y vecinos.

7. Etiquete los sentimientos de su hijo

Discuta los sentimientos con su hijo y etiquete los diferentes sentimientos que tiene. Esto ayudará a su hijo a reconocer la empatía más rápidamente y a responder más rápido a los demás de manera empática.

8. Sea un modelo a seguir para su hijo

¡Este es MUY importante! Muéstrole a su hijo lo que puede hacer por una persona por la que siente empatía. Haga que su hijo participe, si es posible, en la acción de ayudar o el acto de bondad.

9. Brinde oportunidades para que su hijo practique la empatía

Lleve la acción de ayudar a otros a la vida de su hijo buscando intencionalmente situaciones en las que su hijo pueda echar una mano. ¡Hágalo una práctica diaria y pronto se convertirá en un hábito de por vida!

El Rinconcito de los Libritos

Bear Says Thanks
by Karma Wilson

El ratón y la pelota roja
by Petr Horáek

Last Stop on Market Street
by Matt de la Peña

Síguenos en Facebook &
Twitter @OPECParentingEd



Para recursos parentales
adicionales encontramos
nuestro sitio web:
orparenting.org

Referencias

25 Ways to Teach Your Child the Spirit of Giving

<https://www.onetoughjob.org/blog/2015/06/25-ways-to-teach-your-child-the-spirit-of-giving>

How to Help Kids Learn to Love Giving

https://greatergood.berkeley.edu/article/item/how_to_help_kids_learn_to_love_giving

Helping Others

<https://sesamestreetincommunities.org/activities/helping-others/>