



Un Verano Divertido con YMCA Project Cornerstone: Los Dichos

Una aventura de 8 semanas de lectura,
juegos y mucho más.

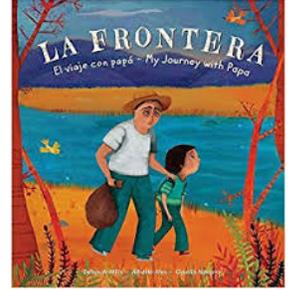
Semana 5 — La Frontera: Un Viaje con Papá

De Deborah Mills y Alfredo de Alva

"Amor grande vence mil dificultades."

Resumen del libro:

Este libro relata la travesía de un pequeño y su papá a los Estados Unidos en busca de una mejor realidad. La actitud positiva del niño y el amor de su familia se siente a través de las páginas de este conmovedor relato.



Narración del libro en español: <https://www.youtube.com/watch?v=8LkIOO5i20U&t=6s>

Actividades de la semana

Lunes

Artículo y actividad

- Lee el artículo sobre el frasco de la felicidad [aquí](#) o en la página adjunta. Ahora invita a tu familia a escribir una cosa buena que le haya pasado a cada uno durante el día y a poner su nota dentro del frasco. Al terminar la semana abran el frasco y recuerden todo lo bueno que les sucedió. Puedes hacer esta actividad durante todo el verano.

Martes

Caricatura

- La actitud positiva. ¿Nace o se hace? Con tu familia mira el corto "El Regalo" [aquí](#) y contesta a estas preguntas:
 - ¿Cuál fue el verdadero regalo que recibe el niño?
 - ¿Cómo te sentirías si estuvieras en su lugar?
 - ¿Por qué tu actitud puede hacer la diferencia a pesar de lo que vives?

Miércoles

Video y juego

- Aprende más sobre la geografía de México con este [video](#)
 - Comparte en nuestra página de [Facebook](#) una o dos cosas nuevas que no sabías sobre el país de nuestro protagonista.

Jueves

Video

- En el área de la bahía viven personas de muchas partes del mundo. Al venir aquí han enriquecido la sociedad en la que vivimos. ¿Cuáles son algunas de las costumbres, palabras, platillos o celebraciones que tiene tu familia?

Viernes

Película

- Mira la película "Al Revés" de Pixar y comparte con tu familia la importancia de cada una de las emociones que sentimos para poder mantener una actitud adecuada.

Visita <https://www.ymcasv.org/ymca-project-cornerstone>
y haz clic en el enlace "Summer Fun" para obtener más información.



El frasco de la felicidad para desarrollar pensamiento positivo en los niños

Cómo enseñar a los niños a pensar de forma positiva y a solucionar sus problemas



[Estefanía Esteban](#) Periodista
15 de junio de 2018

[Pensar en positivo](#) no siempre es fácil. Las pruebas, los obstáculos... Un día que sale todo mal... Sin embargo, numerosos estudios han demostrado que incluso ante ese tipo de días, **una actitud positiva puede llegar a cambiar una situación adversa.**

Por eso es importante enseñar a los niños a desarrollar el [pensamiento positivo](#), ya que además les ayudará a encarar y a enfrentarse a los problemas de una forma diferente, con más fuerza y valentía. Puedes utilizar, por ejemplo, este pequeño juego: **el frasco de la felicidad para desarrollar el pensamiento positivo en niños.**

Índice

1. [3 motivos para que uses la técnica del frasco de la felicidad con tus hijos](#)
2. [5 beneficios de la técnica del frasco de la felicidad](#)
3. [Otros recursos para trabajar la positividad en los niños](#)

3 motivos para que uses la técnica del frasco de la felicidad con tus hijos

Un optimista... ¿nace o se hace? Es cierto que [hay niños con una actitud más desinhibida ante los problemas](#) y niños que en seguida se preocupan por las cosas más triviales. Sí, pero **también es cierto que el positivismo se educa.** Y no se trata de darle la espalda a la realidad, sino de **aprender a enfrentarse a los problemas y a la realidad que no nos gusta desde el optimismo**, es decir, con el convencimiento de que aquello que no nos gusta o puede arreglarse o, si no tiene solución, [no debe amargarnos](#) la existencia.

¿Sabes cómo puedes ayudar a tu hijo a desarrollar desde pequeño [esa actitud positiva frente a la vida](#)? **Utiliza este pequeño juego, creado por la filósofa Elsa Punset: el frasco de la felicidad.** ¿Sabes en qué consiste?:

1. Es una técnica ideal para hacer en familia. Tanto tú como tus hijos escogeréis un frasco grande de cristal. **Será el frasco de la felicidad.** Puedes escribirlo con rotulador y colocarlo en un lugar visible de la casa.
2. Cada día, todos, **padres e hijos, tendrán que escribir lo mejor que les pasó a cada uno durante ese día** y apuntarlo en un papel. Pueden ser cosas sencillas. Una palabra amable, una sonrisa [o un examen](#) que salió mejor de lo esperado... Al escribirlo, se grabará en el cerebro aunque no nos demos cuenta. Se dobla el papel y se introduce en el frasco.

Visita <https://www.ymcasv.org/ymca-project-cornerstone> y haz clic en el enlace "Summer Fun" para obtener más información.

3. A los 6 meses aproximadamente, o bien cuando el frasco de la [felicidad](#) ya esté lleno, **se sacan los papeles y se leen todos los mensajes positivos en familia.**

5 beneficios de la técnica del frasco de la felicidad

Sabemos [que el cerebro va aprendiendo](#) mediante 'prueba', 'error' y 'acierto'. Y hay dos actitudes diferentes frente a esto: una es derrotista. Otra, positiva. **Está demostrado que una actitud positiva puede transformar algo negativo en una posibilidad de cambio.** Es decir, que mediante el pensamiento positivo, los problemas pueden convertirse en oportunidades.

Gracias a esta técnica del frasco [de la felicidad](#), conseguirás:

1. Tu hijo **aprenderá a reflexionar sobre las cosas buenas** que le ocurren a lo largo del día.
2. Tu hijo aprenderá **a apreciar esos pequeños detalles** que a menudo pasan desapercibidos. Cada vez que tu hijo escribe algo agradable que le pasó, lo recordará. El cerebro recuerda antes las cosas negativas porque la angustia hace que le demos vueltas una y otra vez. Las [cosas positivas](#) pasan desapercibidas. Sin embargo, al escribirlas y al volverlas a leer poco después, quedarán fijadas en el recuerdo.
3. Tu hijo aprenderá **a diferenciar los problemas pequeños de los realmente importantes.**
4. Enseñarás a tu hijo [a ser agradecido](#).
5. **Mejorará la comunicación** dentro de la familia.

Visita <https://www.ymcasv.org/ymca-project-cornerstone>
y haz clic en el enlace "Summer Fun" para obtener más información.

