

Alegría DICIEMBRE 2025



DECIR:

Alegría: Encontrar la manera de ser feliz, incluso cuando las cosas no suceden como esperas.

CONOCER:

PREGUNTAR A UN ADULTO:

- ¿Qué cosas te producen alegría?
- Menciona alguna ocasión en la que escogiste estar alegre, a pesar de que las cosas no iban como tú querías.

PREGUNTAR A UN NIÑO(A):

- ¿Qué cosas te dan alegría?
- ¿Cómo puedes elegir tener alegría, incluso cuando las cosas no salen como tú esperas?

VER:

Suele ser fácil estar alegre cuando las cosas marchan como queremos, pero ¿qué pasa cuando las cosas se ponen difíciles? Es importante centrarse en las personas y las actividades que nos alegran la vida. Incluso cuando las cosas se ponen difíciles y tenemos mucho trabajo que hacer y nos enfrentamos a problemas que no sabemos cómo solucionar, podemos elegir estar alegres. En la película *Mi Villano Favorito 2*, Gru es un personaje bastante malo y gruñón, pero supera su negatividad cuando encuentra algo maravilloso en su vida en lo que enfocarse. Mira este video de Gru eligiendo ser alegre y feliz mientras piensa en las cosas que le dan alegría: <https://www.youtube.com/watch?v=Mdr8vI37MvY>.

SER:

En familia, hagan una lista de diez cosas que les producen alegría. Hablen de las cosas, las personas, las canciones, los espectáculos o las actividades que les producen alegría. Hagan un esfuerzo consciente para dedicar tiempo cada día de este mes a disfrutar de las cosas y las personas que han mencionado. Acostúmbrense a ser felices juntos, incluso cuando las cosas no vayan como ustedes quieren. Elijan ser una familia que se centra en la alegría cada día.

PHASE

Alegría
DICIEMBRE 2025



Una vez que los niños llegan al final de la primaria, empiezan a tener su mayor primera crisis: **amistades**.

Esto no solamente ocurre con niños del cuarto y quinto grado.

Creas o no, las investigaciones están empezando a mostrar que en el kindergarten muchos niños ya empiezan a experimentar en como poder influenciar y conectarse con amigos a toda costa.

Significa que, apenas comienzan a reconocer que hay otras personas en el mundo aparte de ellos, empiezan a tomar decisiones basadas en el tipo de amigos que ellos quieren atraer.

Aquí hay algunas maneras de cómo puedes ayudar a tus niños de primaria a desarrollar amistades.

- Ayúdelos a desarrollar confianza en sí mismo.
- Incrementen el círculo de personas alrededor de ellos para incluir adultos de tu confianza.
- Hagan preguntas acerca de lo que esté ocurriendo con sus amistades.
- ¡No te preocupes! Cada fase es nueva para tu hijo o hija, y para ti también como padre. Siempre van a ver obstáculos en el camino.

Entonces, no te olvides: Desarrollar amistades es parte de la vida de un niño y cada uno está aprendiendo a medida que avanzan.