

## Parte de Algo Más Grande

“No andas sola en el mundo, hija.” Es una frase que mi mamá me decía cuando quería recordarme que tenía una obligación de preocuparme por los demás – especialmente de mis hermanos. Mientras crecía, me di cuenta que era mi deber tener contacto con las personas afuera de mi familia también. Tener este conocimiento puede ser una oportunidad y un consuelo. Saber que era responsable por los demás me llevó a tomar mejores decisiones acerca de mi comportamiento para que sirviera como un ejemplo positivo. También fue un consuelo. Sabía que, si tenía la responsabilidad de preocuparme por los demás, yo formaba una parte importante de mi mundo. Yo era parte de algo más grande – y ese me hizo valiosa. Es importante que nuestros adolescentes en desarrollo reconozcan que son parte de algo más grande. Investigaciones científicas demuestran que tener una conexión con el mundo alrededor de nosotros hace a los adolescentes más saludables y felices. Les recuerda que “no andan solos en el mundo” y los anima a involucrarse. Incluso puede ser una motivación para ellos de hacer el mundo un mejor lugar. Según [Dr. Kenneth Ginsburg](#): “Jóvenes que se esfuerzan por mejorar el mundo tienen un sentido de propósito, se sienten bien con sí mismos, y manejan sus problemas de una manera mejor. Es importante que se entienda que se puede hacer una diferencia en las vidas de los demás.” Jóvenes que tienen un sentido de propósito son más resilientes, experimentan menos estrés, ansiedad, y depresión, y toman decisiones más saludables. Los papás saben que el mundo es un lugar mejor porque nuestros hijos están en él. Necesitamos asegurar que nuestros hijos lo sepan. Los PowerTips de este mes ofrecen sugerencias para ayudarles a ustedes a comenzar:

### Principio de Prevención para Abril

“Todas las aproximaciones de cambio en la comunidad basadas en resiliencia, en general, han involucrado a los jóvenes como socios en el esfuerzo de cambio. Los jóvenes necesitan tener la propiedad y roles activos en la vida de su comunidad a fin de que la comunidad sirva como un factor protector.”

Bonnie Benard, el libro

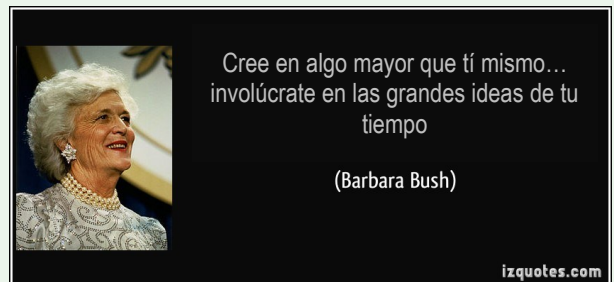
[Resilience: What We Have Learned](#)

### Consejos (Los PowerTips)

- ⇒ Deberíamos ayudar a nuestros hijos a reconocer que hay personas en el mundo que no tienen tanto contacto humano, dinero, libertad, ni seguridad como ellos. Ayudarles a reconocerlo lleva a oportunidades para utilizar nuestros recursos (tiempo, talentos, finanzas, ideas) para hacer una diferencia para los demás.
- ⇒ Nuestros hijos aprenden al observarnos a nosotros. ¿Demostramos nosotros el valor de servir a los demás con nuestro tiempo, talento, finanzas, e ideas?
- ⇒ Los adolescentes son pensadores concretos. No podemos asumir que sepan lo que pensamos. Necesitamos decirles que creemos que tienen el poder de hacer una diferencia.
- ⇒ Cada persona tiene talentos y habilidades diferentes. Es importante que encontremos oportunidades que encajen con los talentos propios de cada uno de nuestros hijos.
- ⇒ Conectar a nuestros hijos a su pasado les ayuda a ver como encajan en el presente y el future. Comparta la historia familiar con su hijo/a.

### Conversaciones que Cuentan

Cada uno de nosotros tiene talentos y fortalezas que nos hacen únicos. Usamos esas habilidades para hacer una diferencia en nuestras familias, escuelas, y comunidades. Utilice la actividad de PowerTalk para este mes – [Sharing Your Talents with the World](#) (Compartiendo Sus Talentos con el Mundo) para discutir maneras en que su familia puede utilizar sus talentos para cuidar su ambiente.



[ThePowerofChoice.info](http://ThePowerofChoice.info)

Conéctese con otros papas aquí:  
[Power of Choice-Parents Use Your Power](#)

Encuétranos en:  
[facebook](#)