



# VALOR DEL MES

Categoría del valor del mes de febrero: Límites y Expectativas (valores externos)

## **VALOR DE FEBRERO: #16 Altas Expectativas**

En una comunidad sana ambos padres y los maestros motivan a los jóvenes para hacer el bien.  
(48% de los jóvenes encuestados creen que tienen este valor en sus vidas).

### **Consejos Para Los Padres y Como vivir El valor Del Mes: Altas Expectativas**

#### **Todos Los Niños**

- Los niños se desarrollan a su propio ritmo. No los adelante ni tampoco los atrase. Sea paciente y deje que los niños hagan las cosas cuando se sientan preparados. Hable con un pediatra, un maestro, u otro especialista si piensa que un niño se está desarrollando a un ritmo diferente que los otros niños.
- Anime a los niños a hacer su mejor esfuerzo y a desarrollar sus talentos únicos.
- Preste atención a lo que les gusta a los niños. ¿Disfrutan la música? ¿juegos al aire libre? ¿rompecabezas? Seguir sus intereses y pasiones ayuda a los niños a crecer. Deles tiempo para explorar.
- Las rutinas ayudan a los niños a sentirse más seguros, protegidos y libres para explorar. Los niños que no están preocupados acerca de cuando van a comer o dormir pueden concentrarse en aprender nuevas habilidades.
- Siga las C's de los límites y expectativas. Sea *claro* acerca de lo que usted espera de la juventud. Sea *conciso*, entre mas corta la explicación mejor. Sea *creativo*, los límites y las expectativas establecidas con inteligencia pueden ser más fácil de digerir. Sea *consistente* al respetarlos y observarlos.

#### **Desde el nacimiento hasta los 5 años**

- Hable con los niños mayores acerca de los bebés antes de la llegada de un nuevo bebé. Muéstrela a los niños fotos de si mismos como bebés, visite a una familia con un bebé o visite la sala de maternidad de un hospital. Esto ayuda a los niños a entender lo que pueden esperar del nuevo bebé.
- Permita que los niños tomen la iniciativa en lograr metas tales como agarrar, gatear, o caminar a su propio tiempo. Estas se producen cuando el bebé tiene el desarrollo físico suficiente para llevarlas a cabo.
- Maravílese ante los logros de los niños pequeños. Anímelos cuando están aprendiendo a dominar nuevas habilidades, tales como subir escaleras o aprendiendo nuevas palabras. Permita que el tono de su voz muestre lo emocionado que está acerca por lo que pueden hacer.
- Dominar una habilidad puede tomar tiempo, así que tenga paciencia y comprenda que los contratiempos sucederán. Por ejemplo, un niño entrenado para ir al baño solo puede tener accidentes de vez en cuando. Mantenga una actitud positiva y no castigue al niño.
- Elogie a un niño en edad preescolar sugiriendo que está actuando como un niño mayor. Por ejemplo, usted puede decirle a un niño de 4 años, "gracias por recoger tus juguetes. ¡Estás actuando como un niño del jardín de niños!" Sin embargo, nunca avergüence a un niño al compararlo a un niño menor ("Deja de agarrar, ¡estás actuando como un bebé!"). Enfrente la conducta inapropiada directamente. "No tomamos lo que queremos- ¿Qué decimos?"

#### **De 6 años a 11 años**

- Enséñele a los niños que las cosas no siempre salen como esperamos. Pregunte, "¿haz aprendido algo de lo que pasó?"
- Hable con los niños acerca de las cosas que son difíciles para ellos. Ayúdeles a encontrar la manera de dividir una gran tarea en fragmentos manejables.
- Haga que los niños se comparen a sí mismos. ¿Cómo le va al niño en comparación con el pasado? ¿Está en la búsqueda de nuevos retos? ¿Está mejorando?
- Sirva como modelo poniéndose altas expectativas para usted mismo. Cuéntele a un niño sobre una meta o sueño por el cual usted se esta esforzando y lo que ha ocurrido a lo largo del camino.

## De 12 años a 17 años

- Manténganse involucrado en la escuela de su hijo adolescente. Los padres que participan son más propensos a tener altas expectativas educativas para sus hijos.
- Apoye a los adolescentes a medida que exploran y luchan con nuevos desafíos, y otras cosas que son importantes para ellos.
- Adolescentes:
  - Esperen grandes cosas el uno del otro. Anímense mutuamente para tener éxito y progresar. Sean su propia sección de ánimo.
  - Participen en algunas actividades que no sean juzgadas o calificadas, actividades que se enfoquen en el proceso, no en el producto.
  - Dile a tus profesores lo que te gustaría lograr en sus clases. Pídele su apoyo. Esto les anima a prestar más atención a tu progreso-y establecer expectativas más altas para ti.
  - Haz tu mejor esfuerzo-sin exagerar. El perfeccionismo es una trampa. Si tienes miedo a correr riesgos o a cometer errores, si eres muy competitivo, crítico de ti mismo o de los demás, y nunca estas satisfecho con cualquier cosa que hagas, si estas preocupado por las expectativas (las tuyas y las de los demás)... entonces puede ser que tú seas un perfeccionista.
  -

\*Visite <http://www.familyresourcesheboygan.org>. Aprenda mas acerca Altas Expectativas y los otros 39 valores. Esta página también tiene una lista de otros magníficos sitios web para los padres, lideres de grupos para jóvenes, maestros, etc. Con herramientas, folletos, etc.

### Eventos de HCHY en Febrero/Anuncios

Estamos alineando los entrenamientos y presentaciones- pónganse en contacto con Erick Wagner (892-6706) o Mike Burns (451-8000) para reservar un entrenamiento o presentación para su grupo de jóvenes, padres, clubes de servicio, estudiantes, empleados, etc.- No hay costo alguno por los entrenamientos y presentaciones y el tiempo empleado bien valdrá la pena.

- \* **Por favor renvié esta información a compañeros de trabajo, clientes, familiares y otros contactos.**
- \* Por favor responda con comentarios, ideas para futuros valores del mes, etc., o si su organización desea aparecer como un recurso, escribiendo a: [ysports@sheboygancountymca.org](mailto:ysports@sheboygancountymca.org) o [erikrc@excel.net](mailto:erikrc@excel.net) .
- \* **El próximo mes (marzo) El Valor del Mes: N. 19 Comunidad Religiosa. Categoría: Uso constructivo del tiempo.**

Patrocinador: Van Horn Automotive Group

La campaña del Valor del Mes es un esfuerzo de Healthy Community/Healthy Youth Initiative:

