



# SEAMOS SOLIDARIOS

---

Departamento de Psicología

Julio, 2020



---

# Ser solidario

---

- La solidaridad, es la necesidad o el sentimiento de querer ayudar o implicarse con un otro, sin recibir nada a cambio. Emerge en cierto modo de la empatía, y sustenta parte de la relación de los niños con el medio que le rodea. En el compañerismo, el amor, la amistad, la solidaridad es necesaria para que estas relaciones se experimenten.
- En la actualidad, es un valor fundamental para el desarrollo personal y social, considerando la gran necesidad que se genera en las familias a nuestro alrededor.



¿Cómo  
inculcar o  
reforzar la  
solidaridad  
en los niños?



---

## 1.- Enseñar los beneficios de compartir

---

- Para enseñarles, no es necesario “obligarles” a tener que compartir sus juguetes o cosas, sino que es preferible mostrarle los beneficios de compartir.
- Un ejemplo, es contarle lo importante que es que la otra persona disfrute también, el que la otra persona quiera también compartir con él o ella sus pertenencias, el que ambos podrán disfrutar del juego juntos.





## 2.- El esfuerzo genera recompensa

- Enseñarle que para lograr conseguir lo que desean, es necesario esforzarse para conseguirlo. Cumplir todos los deseos de los niños y niñas no les permite tomar conciencia de estos valores.

### 3.- Colaborar en las tareas del hogar.

- Es beneficioso para los niños que existan modelos de colaboración en las tareas domésticas y familiares. También es bueno motivarlos y que sus responsabilidades vayan aumentando con la edad.
- Aprenderán que la colaboración y ayudar a los demás es importante y satisfactorio para todas las partes.





---

## 4.- Promover actividades de cooperación/ dar el ejemplo

---

- Tanto en el hogar, como en la escuela o en actividades recreativas es positivo que los niños y niñas aprendan a cooperar desde edades tempranas y que a la vez aprecien los beneficios de trabajar en equipo, tanto para los demás como para sí mismos.
- En este sentido, es importante practicar la cooperación como familia, y como adultos dar el ejemplo.

---

## 5.- Favorecer la empatía

---

- También es una manera de enseñar a los niños y niñas a ser solidarios.
- La empatía se enseña en la medida que fomentamos la expresión emocional y el lenguaje emocional en su entorno, mostrándonos empáticos con ellos y ellas.







---

## 6.- Promover actividades solidarias

---

- Apoyar obras sociales con ellos, para que puedan contribuir y experimenten el ser solidarios, viendo la importancia de ayudar a los demás en lo que necesiten.
- Una buena idea para compartir la solidaridad, es practicar cuidar el planeta.

La actual pandemia ha provocado el surgimiento de muchas iniciativas solidarias para ayudar a los más vulnerables y mantener la mente activa durante los días de confinamiento.

**Algunas ideas para practicar en el hogar:**



---

# Realizar donaciones

---

- Es un buen momento para donar aquellos juguetes, ropa o libros que están en buenas condiciones pero que ya no usan, de esa manera otro niño podrá disfrutar de ellos.
- Es importante que el niño o adolescente sea consciente de que no todos los niños tienen todo lo que necesitan. Que sea él mismo quien elija los juguetes o la ropa que va a donar hará que no le cueste tanto desprenderse de esas cosas.





---

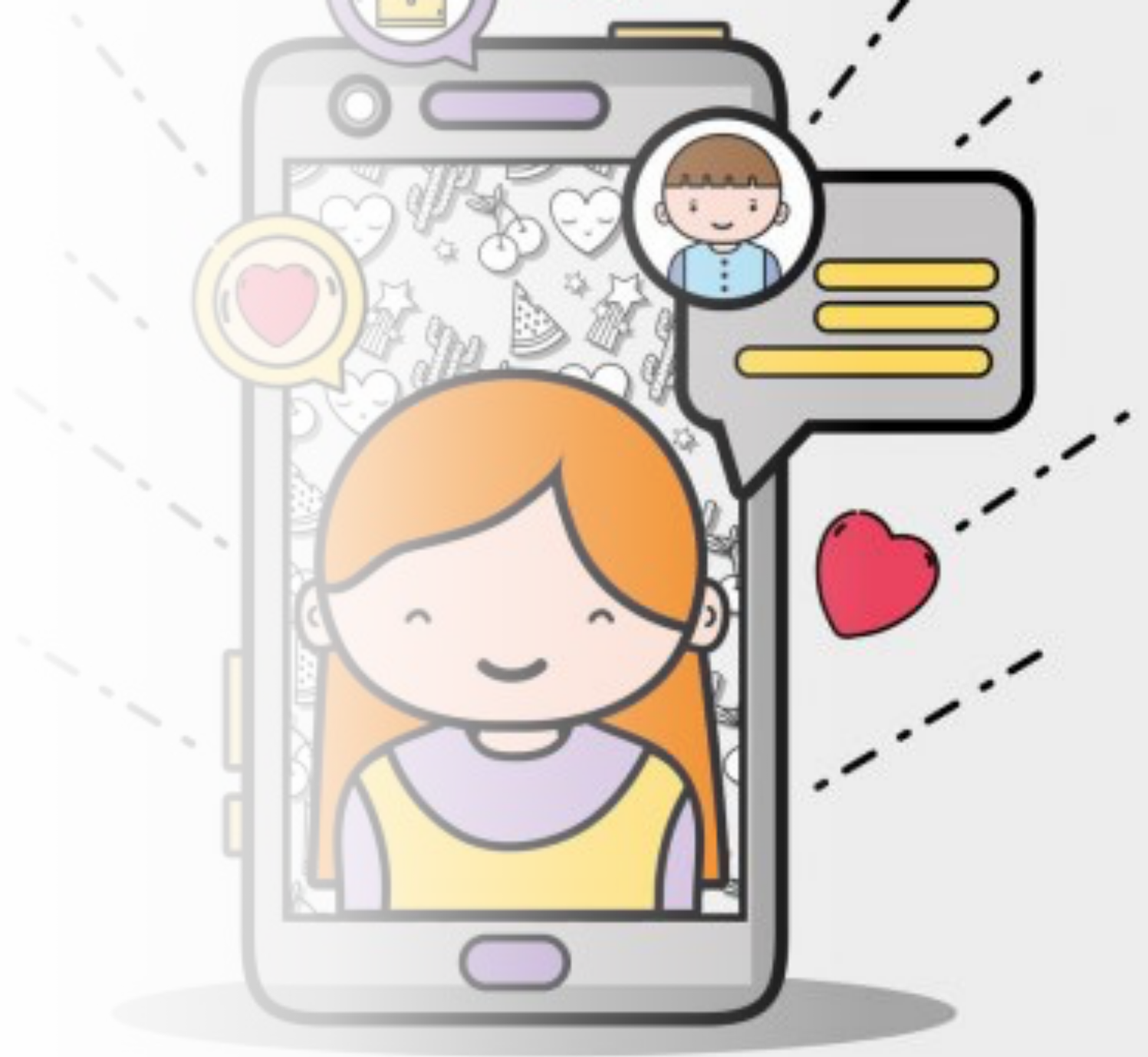
## Cocinar en familia

---

- Puedes ayudarlo a cocinar para la familia, amigos, algún vecino que lo necesite o donar alimentos a alguna institución.

## Enviar mensajes positivos

- Entregar mensajes de aliento a amigos, compañeros o familiares que no lo están pasando bien. Puede ser un dibujo, unas palabras, una carta o un llamado telefónico.
- Agradecer por ejemplo al personal de salud o a trabajadores imprescindibles para el funcionamiento del país en situación de emergencia.



## Consejos finales...



- Es importante que el niño sepa por qué hacemos eso y cuál es el objetivo.
- Enseñarle con nuestro ejemplo diario.
- Es importante hablar con nuestros hijos sobre lo que pasa en el mundo, cualquier excusa es buena para hacerlo y que empiecen a ser conscientes de otras realidades.
- Implicar siempre a los hijos en la medida de lo posible y hacer que descubran la satisfacción que supone el poder ayudar a otra persona.

# Algunas ideas de fundaciones para apoyar:

