

Safari Power Saver

Cinco minutos más de vida

EN SUS MARCAS, LISTOS... QUAKER™.


 Cerrar

## Los chicos también pueden pasar un Thanksgiving entretenido

Ya te pasó el año pasado y no supiste como resolverlo. Llegó la tan esperada noche de Acción de Gracias y en medio de la celebración, los niños se aburrieron, se quedaron dormidos o simplemente les dio ganas de volver a sus casas, justo cuando estabas disfrutando de un grato momento junto a otros familiares y amigos.

Pero ya estamos listas para dar vuelta la página y escribir una nueva historia en este Thanksgiving que se aproxima, que deseamos que sea lleno de felicidad e

inolvidable junto a nuestros niños, que también necesitan esta fecha para ir construyendo sus recuerdos. Para ello, es fundamental que estén entretenidos y puedan acoplarse junto a nosotros en el festejo que hemos preparado.



Participando del Día de Acción de Gracias

- Thinkstock LLC/Picture Quest

[Sigue a Jimena Gallego en su twitter para más ideas sobre cómo mantener tu energía y la de tu familia.](#)

### Planificar es la clave

Es posible que los más chicos no entiendan todo el movimiento que se genera en nuestra familia o en nuestro hogar para esa noche tan especial. Por eso, es bueno tomar recaudos con anticipación y como nos aconseja la licenciada en Psicología, Carmen Peláez, es importante que “algunos días antes de la celebración podamos hablar con los niños sobre los planes que tenemos previstos para ese día. Por ejemplo, anunciarles que vamos a ir a la casa de sus abuelos o de unos amigos, o qué vamos a tener invitados en nuestro hogar”.

“La idea general –continuó– de preparar actividades de antemano es para tener a los niños ocupados cuando los mayores quieran charlar, preparar la mesa o realizar otras actividades”.

### Las actividades y el comportamiento

La profesional, que pertenece a la Asociación de Psicólogos de Nueva Jersey, explicó que “los niños deben saber que planes tienen los adultos y también se puede hablar sobre las expectativas que tenemos los padres sobre la conducta de los niños durante ese día”. Incluso, Peláez sostuvo que es aconsejable aplicar diferentes reglas según la edad de los chicos y con la idea de que se pueda adaptar a los diferentes momentos de la celebración. “Los más pequeñitos deben llevar algunos de sus juguetes o un video apropiado para su edad y para que se entretengan. Los mayores deben aprender a participar en la conversación con los adultos durante un rato y después tener tiempo libre para jugar con otros niños de su edad”.

### Todos tienen que participar de la fiesta

Uno de los grandes atractivos de Thanksgiving, como también de la Navidad, es que podamos participar de esas fiestas en familia y que nadie es excluido. La licenciada también lo sabe y por eso reitera: “Independientemente de la edad que tengan, todos los niños deben participar de la celebración. Se les debe explicar qué significa el Día de Acción de Gracias y por qué se celebra”.

En esa línea, Peláez destacó que es una fecha muy importante para incentivar a los niños a que aprendan a ayudar a los demás, como en la preparación de comidas, la decoración de la casa, poner la mesa, servir y recoger los platos, entre otros. “Claro que deben ser actividades acordes a su edad y sus habilidades. Mientras más puedan participar los niños en la celebración, ya sea Thanksgiving o cualquier otra fiesta, mas involucrados se sentirán y será más fácil controlar como se portan. Lo importante es mantener un balance entre participar y disfrutar de un buen rato, entre responsabilidades y juego. Así, podremos mantener a todos contentos”.

### Para aprender a agradecer

Cómo decíamos anteriormente, la festividad de Acción de Gracias es una fecha especial para construir recuerdos en los niños y también para inculcarles enseñanzas que tendrán para toda su vida.

La experta en relaciones personales, April Masini, cree que esa celebración es ideal para crear en los chicos el sentido de la gratitud. “También sería bueno utilizar el tiempo entre el Día de Acción de Gracias y Navidad para aprender en familia la idea de que las cosas materiales deben pasar a un segundo plano, y que deberíamos estar agradecidos por lo que realmente es importante: la salud, las relaciones y un futuro brillante”.

Masini, que también ha sido una reconocida productora televisiva, destacó que el servicio a la comunidad “es una parte importante de nuestra vida que muchas personas olvidan porque están tratando de salir adelante por ellos mismos”.

La autora de varios libros sobre citas personales consideró que “donar, contribuir y dar una mano en lo que se pueda, ya sea en política, salud y socorro en casos de desastre, es una ocasión para participar. Esa participación estimula a pensar que estamos agradecidos por la capacidad que tenemos de ayudar a otras personas”.

[Participa en el sweepstake de Quaker para tener la oportunidad de ganar \\$250.](#)

© 2013 Univision Communications Inc.

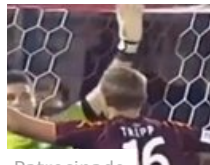
Artículo anterior

[Leo – Sábado 23 de noviembre: Una circunstancia feliz](#)

Próximo artículo

[¡Qué logro! Pareja cumplirá 81 años de matrimonio](#)

### Te pueden interesar...



Patrocinado