

# EL ARTE DE APRECIAR

OBJETIVO : APRENDER A RECIBIR Y A DAR APRECIACIONES ENTRE LOS MIEMBROS DE LA FAMILIA.

"Cuando aprecias y agradeces te estás enfocando en las acciones positivas que hacen los demás. Para fomentar el reconocimiento en casa será importante que prestes atención a todas esas acciones que hacen los demás y se las reconozcas". Nuñez (2015, pág. 81-82)

1. Primero realiza una reunión familiar y pregúntales que entienden por apreciar.
2. Luego invítalos a identificar que acciones apreciarían de cada uno de los miembros de la familia, como te comparto en el libro:  
*Educando con Propósito: 5 principios que guiarán la vida de tu hijo*  
Si les resulta difícil reconocer algo en los demás; puedes ayudarlos haciendo preguntas específicas que le permita al otro identificar que puede apreciar. Por ejemplo: ¿Qué hizo tu hermano o tu papá hoy por ti? , ¿Quién te acompañó al paradero el día de hoy?  
  
Cuando respondan la pregunta, puedes decirle "observo que tienes algo para reconocerle a tu papá, podrías decirle a papá: "Papi, gracias por acompañarme el día de hoy".
3. Cada uno de los miembros deberá darle una apreciación a los demás y recibir una apreciación de parte de los otros. Ejemplo: "Tu sonrisa ilumina mis días", "Tu buen humor alegra mis días", "Gracias por haberme dado un masaje en mis pies", "Gracias por llamarme hoy para saber como estaba".
4. Luego que cada uno de los miembros ha recibido y expresado sus apreciaciones pregúntales como se sienten.
5. Ahora invítalos a elaborar la caja de las apreciaciones, de acuerdo a la instrucción que encontrarás abajo.
6. Compárteles que podrán escribir o dibujar el reconocimiento que desean darle a cada uno de los miembros de la familia y depositarlo en la caja que corresponda. Semanalmente sí así lo desean podrán tener un espacio para leer sus apreciaciones y darle gracias a los demás por los agradecimientos recibidos.
7. Coloquen las cajas de cada uno de los miembros en un lugar visible de la casa, de tal manera que para todos sea fácil depositar el agradecimiento o reconocimiento.
8. Pídeles que conserven esas apreciaciones, notas de agradecimiento o notas positivas recibidas y así podrán leerlas las veces que quieran y en el momento que consideren necesario. Y de esta manera estas noticas les recordarán cuan importante son para los demás durante los 365 días del año.

a) Imprime la plantilla del modelo de caja que encuentras aquí sobre una cartulina rígida del color que prefieras, pega las pestañas. Para decorar puedes usar los stickers que te anexo aquí o los que tu desees.

