

La amabilidad de los seres humanos.

Acto espontáneo de bondad—hacer algo bueno para otra persona cuando no se lo espera.

Las habilidades sociales son las habilidades necesarias para llevarse bien con otras personas.

Lo que sabemos:

Los niños de nueve a once años que ponía en práctica la amabilidad tenían círculos más grandes de amigos porque no veían a algunos compañeros de clase como diferentes o como extraños.

Realizar actos espontáneos de bondad ayuda a los niños a ser buenos amigos.

La amabilidad es la cualidad de ser amable, generoso y considerado. La amabilidad hace que las personas se sientan bien y ayuda a desarrollar amistades. En una investigación, los niños que hacían actos de bondad por otros tenían más amigos. Las habilidades sociales y de relaciones, como la amabilidad, se pueden desarrollar. Una forma de practicar esta habilidad es a través de actos de bondad espontáneos.

Intente esto:

Ayude a su hija(o) a pensar en “actos espontáneos de bondad” apropiados para su edad que puedan hacer con usted o sola(o). Comience con cosas agradables que se puedan hacer en casa o en el vecindario, como:

- lavar los platos sin que se le pida,
- poner una nota que diga un cumplido debajo de la almohada del padre, o
- limpiar la nieve de la vereda del vecino o cortar el césped.

Luego, ayude a su hija(o) a pensar en las personas de la escuela por las que podría hacer algo generoso, por ejemplo:

- compañeros de clase que tienen pocos amigos,
- maestros,
- cocineros de la escuela,
- los que hacen el aseo
- choferes de los autobuses.

El sitio de web Randomactsofkindness.org tiene una [colección de ideas para ser amable](#). Ayude a su hija(o) a pensar en diferentes actos de amabilidad para diferentes personas. Por ejemplo, un día su hija(o) podría dejar que alguien pase delante de ella(él) en la fila del almuerzo, al día siguiente su hija(o) podría sentarse con alguien que come solo y otro día su hija(o) podría hacer una tarjeta de agradecimiento para los cocineros de la escuela.

Intente también esto:

Vea con su hija(o) el video [Kindness Boomerang - “One Day”](#) (Búmeran de la amabilidad). Cuente las veces que alguien ofrece ayuda. Pídales que observen qué sucede con la primera persona al final del video. El efecto “búmeran” es cuando recibimos algo de vuelta. En el video, se puede ver que la amabilidad se regresa a la primera persona que ayudó, como un búmeran.

Para divertirse:

Para divertirse [versión del mismo video hecha por niños de tercer grado](#).