

# Eagles' View

St. Stephen Catholic School  
414 S Hyland Park Dr., Glenwood Springs, CO 81601  
970-945-7746



November 27, 2019



## Upcoming Events Próximos eventos

*At St. Stephen Catholic School and Parish there are so many ways to join in and be active members of our community.*

### November

11/26 – Noon Dismissal!  
11/27 – 12/1 Thanksgiving Break!

### December

12/1 – Advent Begins!  
12/2 – Poinsettias Arrive!!  
12/3 – Middle School Student Council Elections Advent Penance Service for Parish at 7:00 p.m.  
12/4 – 7<sup>th</sup> & 8<sup>th</sup> Grade Field Trip to Aspen Art Museum!  
12/6 – Breakfast with Santa! St. Nicholas Day! 2:30 Rosary! Angel Tree Project Gifts are due.  
12/8 – 10:00 a.m. Children's Sunday Mass! Pancake Breakfast follows. (This date has been changed.)  
12/10 – Advent Penance Service for students at 9:30 a.m.  
12/13 – Second quarter Ends  
12/14 – Angel Tree Project Gifts Distributed at SSCS 1-4 p.m.

*En la Escuela y Parroquia Católica de St. Stephen hay muchas maneras de unirse y ser miembros activos de nuestra comunidad.*

### Noviembre

11/26 – ¡Despido del mediodía!  
11/27 – 12/1 Descanso de Acción de Gracias!

### Diciembre

12/1 – ¡Comienza el Adviento!  
12/2 – Poinsettias Llegar!!  
12/3 – Elecciones del Consejo Estudiantil de la Escuela Secundaria, Servicio de Penitencia de Adviento para la Parroquia a las 7:00 p.m.  
12/4 – 7<sup>th</sup> & 8<sup>th</sup> Grade Field Trip to Aspen Art Museum!  
12/6 – Desayuno con Santa! ¡Día de San Nicolás! ¡2:30 Rosario! Los regalos del proyecto Angel Tree son debidos.  
12/8 – 10:00 a.m. ¡Misa dominical infantil! El desayuno de panqueques sigue. (Se ha cambiado esta fecha.)  
12/10 – Servicio de Penitencia de Adviento para estudiantes a las 9:30 a.m.  
12/13 – Termina el segundo trimestre  
12/14 – Regalos del proyecto Angel Tree distribuidos en SSCS 1-4 p.m.



### ¡Desayuno con Papá Noel!

\*En el Salón Parroquial el 6 de diciembre a las 7:00-8:30 a.m.

El costo es de \$5.00 para Panqueques y Salchichas

¡Trae tu cámara para tomar tus fotos con Santa!

Todas las ganancias se destinarán al Retiro de la Escuela Secundaria.

### Notice of Student Non-Discrimination Policy

The Catholic Schools of the Archdiocese of Denver, under the jurisdiction of Archbishop Samuel J. Aquila, S.T.L. and at the direction of the Superintendent, state that all of their Catholic schools admit students of any race, color, national or ethnic origin to all the rights, privileges, programs and activities generally accorded or made available to students at the schools. Furthermore, Archdiocesan schools admit handicapped students in accord with the policy on Admissions in the Archdiocese of Denver Catholic Schools Administrator's Manual. These schools do not discriminate on the basis of race, age, handicap, color, national or ethnic origin in the administration of their educational policies, employment practices, scholarship and loan programs, or athletic or other school-administered programs.

# Introducing Our Parent Teacher Association Members – Isabel Drake

Isabel Drake  
Co-Chairperson - St. Stephen Golf Tournament

I joined the St. Stephen's School community when my oldest daughter, Olivia, started Kindergarten in 2015. For me, the school was always my first choice when evaluating the best education and environment for my children. Much of this was due to my own upbringing. Being from Argentina, and having received a private education, I knew the great value of it. My husband, Patrick, was born and raised in Glenwood Springs, and although he did not attend St. Stephen, he saw firsthand the valuable education and the wonderful environment that St. Stephen's offers.



Since our first day in the school, we were welcomed into this loving community and over the years St. Stephen has become our extended family. Having my own family so far away, I have appreciated this very much and it has furthered my belief that joining St. Stephen is the best decision that we have made for our children. During this time we also recognized that the school and parish need our help. This need is the most important reason I joined the PTA.

Through the mentorship of the VanDyke and Cook families, I started getting involved in the Gala and the Golf Tournament. I have a background in event planning and have mostly contributed in this regard. Beyond the PTA, we try to help the school as much as we can, from my husband occasionally driving the bus, us bringing the kids to every Children's Mass, and decorating for multiple fundraisers. This is the way we have been taught to help our community and families... working hard to obtain great results and building our community.

I desire and hope for a bright future for the school and I think we can contribute, as a great big family. I invite you to find what you enjoy doing and then help the school and parish community in every way you can. There is a lot to be done, and every contribution counts.

Currently, my daughter Olivia is in 4th grade. My son Cruz is in 1st. And my youngest daughter, Catalina, who is 4 years old, is excited to join (she walks around the school like it is home). I am beyond grateful for all the staff at the school, as they have gifted my children with many values. I have trusted them with my most precious gifts and they have taken them into their arms and loved them and educated them beyond my expectations. For this, I am committed to give back in every way I can.

Sincerely yours,  
Isabel

Isabel Drake  
Co-Presidente - Torneo de Golf de St. Stephen

Me uní a la comunidad de St. Stephen's School cuando mi hija mayor, Olivia, comenzó Kindergarten en 2015. Para mí, la escuela siempre fue mi primera opción a la hora de evaluar la mejor educación y ambiente para mis hijos. Gran parte de esto se debió a mi propia educación. Siendo de Argentina, y después de haber recibido una educación privada, sabía el gran valor de la misma. Mi esposo, Patrick, nació y creció en Glenwood Springs, y aunque no asistió a St. Stephen, vio de primera mano la valiosa educación y el maravilloso ambiente que ofrece San Esteban.

Desde nuestro primer día en la escuela, fuimos recibidos en esta comunidad amorosa y a lo largo de los años St. Stephen se ha convertido en nuestra familia extendida. Tener a mi propia familia tan lejos, he apreciado mucho esto y me ha gustado la creencia de que unirse a St. Stephen es la mejor decisión que hemos tomado por nuestros hijos. Durante este tiempo también reconocimos que la escuela y la parroquia necesitan nuestra ayuda. Esta necesidad es la razón más importante por la que me uní a la PTA.

A través de la tutoría de las familias VanDyke y Cook, comencé a involucrarme en la Gala y el Torneo de Golf. Tengo experiencia en planificación de eventos y he contribuido principalmente en este sentido. Más allá de la PTA, tratamos de ayudar a la escuela tanto como podamos, desde mi esposo ocasionalmente conduciendo el autobús, llevándonos a los niños a cada Misa Infantil, y decorando para múltiples recaudaciones de fondos. Esta es la forma en que se nos ha enseñado a ayudar a nuestra comunidad y a nuestras familias... trabajando duro para obtener grandes resultados y construir nuestra comunidad.

Deseo y espero un futuro brillante para la escuela y creo que podemos contribuir, como una gran familia. Los invito a encontrar lo que les gusta hacer y luego ayudar a la escuela y a la comunidad parroquial en todo lo que pueda. Hay mucho que hacer, y cada contribución cuenta.

Actualmente, mi hija Olivia está en cuarto grado. Mi hijo Cruz está en la 1a. Y mi hija menor, Catalina, que tiene 4 años, está emocionada de unirse (camina por la escuela como si estuviera en casa). Estoy más que agradecido por todo el personal de la escuela, ya que han regalado a mis hijos muchos valores. He confiado en ellos con mis dones más preciados y ellos los han tomado en sus brazos y los han amado y educado más allá de mis expectativas. Por esto, me comprometo a devolver en todo lo que pueda.

Sinceramente sus,



# St. Stephen Christmas Program

## Programa de Navidad de San Esteban



**December 19<sup>th</sup> at 6:00 p.m.**  
Christmas Cookie Reception to follow the performance.

**19 de diciembre a las 6:00 p.m.**  
Recepción de cookies de Navidad para seguir la actuación.



*Hosted by St. Stephen Catholic School*

**Come join us at our Winter Wonderland Gala this February 15, 2020!!**

### **About this Event:**

Come join us at our Winter Wonderland Gala this February 15, 2020!!

Hors d'oeuvre by Local Restaurants  
Three-Course Sit-down Dinner by Susie Jimenez Productions  
Open Bar by Woody Creek Distillers  
Performance by Legacy Dance Company  
And much more!!

Interested on promoting your business? Please contact **Giovanna Kennedy** at **GiovannaOKennedy@gmail.com** for sponsorship opportunities!!

Get your Early Bird Tickets now before the prices increase. \$75 - \$2000

[https://www.eventbrite.com/e/winter-wonderland-gala-tickets-80572802421?fbclid=IwAR2n7fl\\_VFRjnk7e\\_CHKmDgpGmRLh9m0zRd7gH67r3f\\_M2wNs\\_fTFAE6EeJ-0](https://www.eventbrite.com/e/winter-wonderland-gala-tickets-80572802421?fbclid=IwAR2n7fl_VFRjnk7e_CHKmDgpGmRLh9m0zRd7gH67r3f_M2wNs_fTFAE6EeJ-0)



### **St. Stephen Christmas Poinsettia Sale!** **¡Venta de Poinsettia de Navidad de San Esteban!**

Thank you for supporting our school by ordering and selling poinsettias for the upcoming holiday season. Poinsettias will arrive on Monday, December 2nd.

Gracias por apoyar a nuestra escuela ordenando y vendiendo poinsettias para la próxima temporada de vacaciones. Poinsettias llegará el lunes 2 de diciembre.

# Eight Tips to More Grateful Kids / Ocho consejos para niños más agradecidos

By Amy Mc Cready

<https://www.positiveparentingsolutions.com/parenting/five-tips-grateful-kids>



Ah, those pesky first-world problems—like when your distraught teenager can't get cell service on your Thanksgiving road trip, or when your toddler has a tantrum because you won't buy him yet another toy at the store.

Most of us are raising our kids with more luxuries than ever before. Life is certainly hard, and growing up will always have its aches and pains, but in a generation full of materialism and [entitlement](#), how do we tactfully—and effectively—teach our kids appreciation for what they have?

If we constantly insist “*You don't know how lucky you are,*” or “*In my day, I didn't have the things you do,*” it will just sound like pestering and make our kids feel like we don't understand their problems.

So, how can we help our kids be thankful in a way that *really* resonates with them?

As the holidays approach, there's no better time to shift our children's focus toward an attitude of gratitude. Here are 8 ways to encourage more thankful kids.

## 1. Implement Family Contributions

Maybe you're in the habit of getting most household chores done yourself. Sometimes, frankly, it's just easier, because it gets done *your way* and doesn't involve nagging your kids to do it.

If we sense our kids aren't grateful enough—either about the work it takes to run a household, the job we have that buys them clothes, or the car maintenance it requires to drive them all around town—then we need to [increase their family contributions](#).

The first step to family contributions is to label them as such. The *word chores* sounds like a real drag, doesn't it? Instead, when we label tasks as family contributions, it reminds our kids that these tasks actually help everyone out. They *contribute* to the *family*.

This doesn't mean our kids will suddenly *like* the tasks at hand or stop whining about them just because we shifted our language. But if family contributions become routine, kids are more likely to stop complaining. They'll also grasp how frequently these tasks need to be accomplished—like unloading the dishwasher and folding the laundry—and chances are they'll earn a whole new respect for what their parents and caregivers do on a daily basis.

## 2. Schedule Acts of Service

We all have good intentions to bake cookies for the neighbors, stock the local food pantry, or collect donations for the underprivileged—especially around the holidays. Unfortunately, our crazy daily routines tend to edge out these activities.

Consider making [acts of service](#) a priority in your family. Have a family meeting and let everyone brainstorm ideas for service activities that are near and dear to them. Then, schedule one or two per month—all year long.

Maybe your 4-year-old cat lover would like the family to volunteer at the local animal shelter. For Thanksgiving, your teen may suggest visiting and entertaining the elderly at your local senior center. You could even go to the park and collect trash together.

When we make time for these simple—yet profound—contributions, the benefits abound. Our kids develop a stronger sense of community and connection to service work. They'll experience the joy that comes from making a difference in someone else's life. They'll feel more connected to their families. And they'll feel more grateful for the things they have. (Continued on p. 5)

## Teacher Spotlight Mr. Joe Mollica Profesor Sr. Joe Mollica



Mr. Joe Mollica is a master teacher who has taught for 28 years, many of those years were spent teaching at Glenwood Springs High School. Joe graduated from Mullen Catholic High School. He completed his undergraduate degree at the University of Colorado, and he completed his master's degree at Adams State College. Joe loves teaching! Joe and his wife, Connie, have been long time residents of Glenwood Springs; they belong to St. Stephen Parish and he is a member of St. Stephen Finance Council, as well as, the Capital Campaign Committee. Mr. Mollica teaches middle school math for St. Stephen.

El Sr. Joe Mollica es un maestro que ha enseñado durante 28 años, muchos de esos años se pasaron enseñando en Glenwood Springs High School. Joe se graduó de Mullen Catholic High School. Completó su licenciatura en la Universidad de Colorado, y completó su maestría en Adams State College. ¡A Joe le encanta enseñar! Joe y su esposa, Connie, han sido residentes desde hace mucho tiempo de Glenwood Springs; pertenecen a la parroquia de St. Stephen y es miembro del Consejo Financiero de San Esteban, así como del Comité de Campaña de Capitales. El Sr. Mollica enseña matemáticas de la escuela media para St. Stephen.



### 3. Make Do With Less

It's easy for kids and adults to get accustomed to the good life. The ease of things. The expectation that all our favorites will be in the lunchbox, or that the newest gadget or gizmo will DEFINITELY be under the Christmas tree.

Unfortunately, this can lead to a life of entitlement and taking things for granted.

Once a month, **choose something your family can live without.** Maybe you can skip pizza delivery for a few weeks, go without television for a while, or go without air conditioning for a week in July. When we "shut off" some of our conveniences, even for a short time, we realize how much we really have.

### 4. Look for Silver Linings

The next time an unfortunate situation comes up, focus on the silver lining.

The movie you wanted to see is sold out? No problem. Point out that you now have time to go sledding together instead.

Kids missed the bus? Now you can have a sing-off in the car on the way to school.

Focusing on silver linings is about having a posture of gratitude even when—especially when—things aren't going well.

Our kids are going to have endless ups and downs along their life journey, and if they don't learn to weather the downs with some optimism, they're going to struggle much more than necessary.

(Even though we want to mention the bright side of things, **be careful not to turn lessons into sermons. Otherwise, our [kids will stop listening.](#)**)

### 5. Making Gratitude a Ritual

We can also focus on silver linings through daily rituals. At dinner, everyone in the family can share three things they're grateful for that day. Our toddler might mention the yummy cookie he ate, or our tween could recall the new friend she met. Any positive is positive.

When kids are older, they might prefer keeping a gratitude journal for daily reflection. Writing about things they're happy about—especially before bed—can be therapeutic and help them get a more restful night's sleep.

We can also get a big jar for the family and encourage everyone to jot their "gratitudes" on slips of paper throughout the week. When the weekend rolls around, we can read them out loud to each other and even make it fun by guessing who wrote what.

We don't have to wait for Thanksgiving for gratitude rituals. If we habitually focus on what we have and not what we're lacking, we'll teach our kids

to foster year-round, life-long gratitude.

### 6. Give Encouragement for Effort Instead of Superficial/Flowery Praise

It seems like a good thing to praise our kids, right? To tell them how smart they are, how funny they are—all in an effort to relay our love and support?

**The interesting thing is, excessive praise doesn't make kids grateful. It makes them less motivated, more self-centered, and entitled.**

Praise makes our kids feel awesome for a short period of time—like that Instagram post that got 200 likes—but it doesn't last long. This is mainly because praise doesn't encourage more important abilities, like hard work, perseverance, or appreciation for what it really takes to do well in school or in sports. Sure, many kids are born with high intelligence, natural talent, and trust funds, and might not have to work as hard for things in life. But for the most part, kids and adults need to put in effort for a desired outcome.

If we encourage our 10-year-old musical prodigy by saying, "*I'm so pleased you practiced your violin so much this fall—that's why your recital was such a success,*" instead of saying "*You're just so amazing, I'm so proud of you,*" she will appreciate that it was her effort that really paid off, not her natural skills. She'll be less likely to take her hard work for granted and be all the more grateful for what she achieved.

### 7. Remove Rewards

In the same way we should try to live without pleasantries once in a while, we should also quit doling out so many [rewards](#).

Rewards are a lot like praise. They give kids a short-term hit of happiness, but they don't [produce long-term motivation](#).

A 5-year-old kid that gets a lollipop for being helpful—*everytime* we take him to the grocery store—isn't going to be thankful for the food we're buying for his survival. His helpful behavior will be based solely on that quick, instant gratification of the yummy lollipop.

He'll still have to help during grocery trips if we remove the reward, but we can make it fun *and* useful. He can learn to carefully push the cart, find food in various aisles, and help scan and pay for the food at checkout. He'll become a little more cognizant of what it takes to put meals on the table and grow a little more grateful—even if he's five. And the best part is, it didn't take bribery to [earn his cooperation](#).

### 8. Model Gratitude

One of the best parenting strategies we can employ is modeling the behavior we want our kids to adopt. This means stepping up and being even more generous with our own thankfulness.

Don't miss an opportunity to say *thank you* to the cashier and bagger at the grocery store, the teacher when you're dropping off your kids, or the overwhelmed waitress at the restaurant. **And don't just give thanks—be specific about how that person made a difference for you.** Your kids are watching and listening to the details.

It's important not to overlook recognizing our own family members, either. We can give thanks to our kids when they hang up their towels without being asked and can generously give thanks to our partner and kids—even for the "expected" jobs they complete daily. Everyone wants to feel appreciated.

When our kids see us giving thanks, they'll notice what a difference it can make in a stranger's or family member's day. They'll naturally want to follow suit and [share in those good feelings](#).

(Continued on p. 7)



facebook



Please like and follow St. Stephen Catholic School to keep up with ongoing school happenings / events and all the cute kid pictures.

Por favor, como y seguir St. Stephen Catholic School para mantenerse al día con los acontecimientos de la escuela en curso / eventos y todas las fotos lindos niños.

# Virtues in Practice Program/Programa de Virtudes en la Práctica

## Ask Your Child About this month's virtue...

Here at St. Stephen Catholic School we use The Virtues in Practice Program, which was created by the Dominican Sisters. The goal of Catholic education is heaven, but knowledge alone will not get us there! Virtues in Practice helps students to live out the faith in their everyday lives. Each year has a virtue/theme of study; this year's virtue is Faith and the theme is Service. The virtue of the month is **Stewardship – Returning God the first fruits of your time, talent and treasure.**

This month's focus saints are:

St. Elizabeth of Hungary, Bl. Fra. Angelico and St. Joseph Moscati. Look these saints up and consider how they lived the virtue of reverence in their lives.



## Pregúntele a su hijo acerca de la virtud de este mes...

Aquí en la Escuela Católica St. Stephen usamos El Programa de Virtudes en la Práctica, que fue creado por las Hermanas Dominicanas. El objetivo

de la educación católica es el cielo, pero saber-cornisa por sí solo no nos llevará allí! Virtudes en

La práctica ayuda a los alumnos a vivir la fe en su vida cotidiana. Cada año tiene una virtud/tema de estudio; La virtud de este año es la fe y el tema es Servicio. La virtud del mes es

**Stewardship – Devolver a Dios los primeros frutos de su tiempo, talento y tesoro.**

Los santos de este mes son:

San Isabel de Hungría, beato Fra. Angelico y San José Moscati. Mira a estos santos y considera cómo vivieron

la virtud de la reverencia en sus vidas.



## Christmas Cookie Reception

*Following the St. Stephen Christmas Program  
We Need Your Help!*

Please bring at least one-dozen Christmas cookies to share after the show on December 19<sup>th</sup>.

We need your help with set-up and clean-up for this reception.

We've invited the community to join us for the Christmas Program this year, especially other families who might be interested in our school. Please invite your friends and neighbors to come and see our wonderful school community for themselves.

## Recepción de cookies de Navidad

*Siguiendo el Programa de Navidad de San Esteban  
¡Necesitamos tu ayuda!*

**Por favor, traiga al menos una docena de galletas de Navidad para compartir después del espectáculo el 19<sup>o</sup> de diciembre.**

Necesitamos su ayuda con la configuración y limpieza para esta recepción.

Hemos invitado a la comunidad a unirse a nosotros para el Programa de Navidad este año, especialmente otras familias que podrían estar interesadas en nuestra escuela. Por favor, invite a sus amigos y vecinos a venir y ver nuestra maravillosa comunidad escolar por sí mismos.

## Project Angel Tree

is

**St. Stephen Catholic School's Christmas, Service Project!**

Gift idea: If you missed getting a "Angel Tree Child's Wish" another gift giving idea is to bring a toy (Legos, dolls and arts/crafts projects are the most requested) to give to a child in need. Please bring them, with a gift bag please, to our school by December 8<sup>th</sup>.

Thanks to kindergarten parents, Lindsey Gould and Penelop Smith and their involvement with Project Angel Tree, St. Stephen Catholic School will be a distribution site for the Angel Tree Project on Saturday, December 14<sup>th</sup>.

## Proyecto Angel Tree

**es La Escuela Católica de San Esteban De Navidad,  
Proyecto de Servicio!**

Idea de regalo: Si te perdiste el deseo de un "ángel árbol de niños" otra idea de dar un regalo es traer un juguete (Legos, muñecas y proyectos de arte / artesanía son los más solicitados) para dar a un niño necesitado. Por favor, tráelos, con una bolsa de regalo por favor, a nuestra escuela antes del 8 de diciembre.

Gracias a los padres de jardín de infantes, Lindsey Gould y Penelop Smith y su participación con el Proyecto Angel Tree, la Escuela Católica St. Stephen será un sitio de distribución para el Proyecto Angel Tree el sábado 14 de diciembre.



## Final Thoughts

Studies tell us that the most grateful people are the happiest. And what's the one thing all parents ultimately want for their kids? Yes—to be happy. We're facing an entitlement epidemic in our children's generation. It's something that deeply concerns me and even prompted me to write a book—[\*The Me, Me, Me, Epidemic: Raising Capable and Grateful Kids in an Over-Entitled World.\*](#)

Entitlement is a problem that parents *mustn't* lose sight of. It's hugely ingrained in our society and an easy trap to fall into. It takes knowledge, foresight, and diligence to fight against it.

Luckily, the strategies I've shared with you will make a big difference in your children's perspectives. And when times are truly tough, hard-working kids that are used to focusing on things they're grateful for won't struggle quite as much.

So this season and beyond, let's teach our kids what really matters.

They'll be thankful for it, and so will you.

Want more discipline strategies that work? Join me for a [FREE ONLINE CLASS](#) and I'll teach you how to get your kids to listen—no nagging, yelling, or reminding required!

When we "shut off" some of our  
*conveniences*  
we realize how much  
*we really have.*

AMY MCCREADY



Ah, esos molestos problemas del primer mundo, como cuando tu adolescente angustiado no puede conseguir servicio celular en tu viaje por acción de Acción de Gracias, o cuando tu niño pequeño tiene un berrinche porque no le comprarás otro juguete en la tienda.

La mayoría de nosotros estamos criando a nuestros hijos con más lujos que nunca. La vida es ciertamente difícil, y crecer siempre tendrás sus dolores, pero en una generación llena de materialismo y [derecho](#), ¿cómo aprendemos a nuestros hijos con tacto y eficacia a apreciar lo que tienen? Si constantemente insistimos en "*No sabes lo afortunado que eres*", o "*En mi época, no tenía las cosas que haces*", sólo sonará como molestar y hará que nuestros hijos se sientan que no entendemos sus problemas.

Entonces, ¿cómo podemos ayudar a nuestros hijos a estar agradecidos de una manera que *realmente* resuene con ellos?

A medida que se acercan las vacaciones, no hay mejor momento para cambiar el enfoque de nuestros hijos hacia una actitud de gratitud. Aquí hay 8 maneras de alentar a los niños más agradecidos.

### 1. Implementar contribuciones familiares

Tal vez usted tiene el hábito de hacer la mayoría de las tareas del hogar usted mismo. A veces, francamente, es más fácil, porque se hace a *tu* manera y no implica molestar a tus hijos para que lo hagan.

Si sentimos que nuestros hijos no están lo suficientemente agradecidos, ya sea sobre el trabajo que se necesita para dirigir un hogar, el trabajo que tenemos que les compra ropa, o el mantenimiento del automóvil que requiere para conducirlos por toda la ciudad, entonces necesitamos [augmentar sus contribuciones familiares](#).

El primer paso para las contribuciones familiares es etiquetarlas como tales. La palabra *tareas* suena como un verdadero lastre, ¿no? En cambio, cuando etiquetamos las tareas como contribuciones familiares, nos recuerda a nuestros hijos que estas tareas realmente ayudan a todos.

Contribuyen a la *family*.

### 2. Programar actos de servicio

Todos tenemos buenas intenciones de homear galletas para los vecinos, abastecer la despensa de alimentos local o recoger donaciones para los desfavorecidos, especialmente durante las vacaciones. Desafortunadamente, nuestras rutinas diarias locas tienden a eliminar estas actividades. Considere hacer que los [actos de servicio](#) sean una prioridad en su familia. Tener una reunión familiar y dejar que todos hagan una lluvia de ideas para las actividades de servicio que son cercanas y queridas para ellos. Luego, programe uno o dos por mes, durante todo el año.

Tal vez a tu amante de los gatos de 4 años le gustaría que la familia se ofreciera como voluntaria en el refugio de animales local. Para Acción de Gracias, su adolescente puede sugerir visitar y entretener a los ancianos en su centro local para ancianos. Incluso podrías ir al parque y recoger la basura juntos.

Cuando hacemos tiempo para estas contribuciones simples, pero profundas, los beneficios abundan. Nuestros hijos desarrollan un sentido más fuerte de comunidad y conexión con el trabajo de servicio. Experimentarán la alegría que viene de hacer una diferencia en la vida de otra persona. Se sentirán más conectados con sus familias. Y se sentirán más agradecidos por las cosas que tienen.

### 3. Hacer con menos

Es fácil para niños y adultos acostumbrarse a la buena vida. La facilidad de las cosas. La expectativa de que todos nuestros favoritos estarán en la lonchera, o que el nuevo gadget o gizmo estará DEFINITIVAMENTE bajo el árbol de Navidad.

Desafortunadamente, esto puede llevar a una vida de derecho y dar por sentado las cosas.

Una vez al mes, [elige algo sin lo que tu familia pueda vivir](#). Tal vez usted puede saltarla la entrega de pizza por unas semanas, ir sin televisión por un tiempo, o ir sin aire acondicionado por una semana en julio. Cuando "a pagamos" algunas de nuestras comodidades, incluso por un corto tiempo, nos damos cuenta de lo mucho que realmente tenemos.



#### 4. Busque forros de plata

La próxima vez que ocurra una situación desafortunada, concéntrate en el revestimiento plateado.

¿La película que querías ver está agotada? No hay problema. Señale que ahora tiene tiempo para ir en trineo juntos en su lugar.

¿Los niños perdieron el autobús? Ahora puedes tener una canción en el auto camino a la escuela.

Centrarse en los revestimientos plateados es tener una postura de gratitud incluso cuando, especialmente cuando, las cosas no van bien.

Nuestros hijos van a tener interminables altibajos a lo largo de su viaje de vida, y si no aprenden a capear los descensos con cierto optimismo, van a luchar mucho más de lo necesario.

(Aunque queremos mencionar el lado positivo de las cosas, tenga cuidado de no convertir las lecciones en sermones. De lo contrario, nuestros [hijos dejarán de escuchar.](#))

#### 5. Hacer de la gratitud un ritual

También podemos centrarnos en los revestimientos de plata a través de rituales diarios. En la cena, todos en la familia pueden compartir tres cosas por las que están agradecidos ese día. Nuestro niño podría mencionar la deliciosa galleta que comió, o nuestro tano podría recordar al nuevo amigo que conoció. Cualquier positivo es positivo.

Cuando los niños son mayores, podrían preferir llevar un diario de gratitud para la reflexión diaria. Escribir sobre cosas de las que están felices, especialmente antes de acostarse, puede ser terapéutico y ayudarlos a dormir más tranquilamente.

También podemos conseguir un frasco grande para la familia y animar a todos a anotar sus "gratitudes" en hojas de papel durante toda la semana.

Cuando el fin de semana se acerca, podemos leerlos en voz alta el uno al otro e incluso hacerlo divertido adivinando quién escribió qué.

No tenemos que esperar a Acción de Gracias por los rituales de gratitud. Si habitualmente nos centramos en lo que tenemos y no en lo que nos falta, enseñaremos a nuestros hijos a fomentar la gratitud de toda la vida durante todo el año.

#### 6. Dar aliento por esfuerzo en lugar de elogios superficiales / florales

Parece bueno allabar a nuestros hijos, ¿verdad? Para decirles lo inteligentes que son, lo divertidos que son, ¿todos en un esfuerzo por transmitir nuestro amor y apoyo?

Lo interesante es que los elogios excesivos no hacen que los niños estén agradecidos. Los hace menos motivados, más egocéntricos y con derecho.

Elogiar hace que nuestros hijos se sientan impresionantes por un corto período de tiempo, como esa publicación de Instagram que tiene 200 "me gusta", pero no dura mucho tiempo. Esto se debe principalmente a que los elogios no fomentan habilidades más importantes, como el trabajo duro, la perseverancia o el aprecio por lo que realmente se necesita para hacer bien en la escuela o en los deportes. Claro, muchos niños nacen con alta inteligencia, talento natural y fondos fiduciarios, y es posible que no tengan que trabajar tan duro para las cosas en la vida. Pero en su mayor parte, los niños y los adultos necesitan esforzarse por obtener un resultado deseado.

Si animamos a nuestro prodigio musical de 10 años diciendo: "Estoy muy contenta de que hayas practicado tu violín este otoño, por eso tu recital fue un éxito", en lugar de decir "Eres tan increíble, estoy tan orgullosa de ti", ella apreciará que fue su esfuerzo el que realmente dio sus frutos, no sus habilidades naturales. Será menos propensa a dar por sentado su arduo trabajo y estar aún más agradecida por lo que logró.

#### 7. Eliminar recompensas

De la misma manera que debemos tratar de vivir sin placeres de vez en cuando, también debemos dejar de hacer tantas recompensas.

Las recompensas se parecen mucho a los elogios. Les dan a los niños un golpe de felicidad a corto plazo, pero no producen motivación a largo plazo.

Un niño de 5 años que recibe una piruleta por ser útil, cada vez que lo llevamos a la tienda de comestibles, no va a estar agradecido por la comida que estamos comprando para su supervivencia. Su comportamiento útil se basará únicamente en esa gratificación rápida e instantánea de la deliciosa piruleta.

Todavía tendrá que ayudar durante los viajes de supermercado si eliminamos la recompensa, pero podemos hacerla divertida y útil. Puede aprender a empujar cuidadosamente el carro, encontrar comida en varios pasillos, y ayudar a escanear y pagar la comida en el momento de la compra. Se volverá un poco más consciente de lo que se necesita para poner las comidas en la mesa y crecer un poco más agradecido, incluso si tiene cinco años. Y la mejor parte es que no se necesitaba soborno para ganar su cooperación.

#### 8. Modelo de gratitud

Una de las mejores estrategias de crianza que podemos emplear es modelar el comportamiento que queremos que adopten nuestros hijos. Esto significa intensificar y ser aún más generosos con nuestro agradecimiento.

No pierda la oportunidad de darle *las gracias* al cajero y al embolsador de la tienda de comestibles, al maestro cuando deja a sus hijos o a la camarera desbordada en el restaurante. **Y no solo den gracias, sean específicos sobre cómo esa persona hizo una diferencia para usted.** Sus hijos están mirando y escuchando los detalles.

También es importante no pasar por alto el reconocimiento de nuestros propios miembros de la familia. Podemos dar gracias a nuestros hijos cuando cuelgan sus toallas sin que se les pida y pueden dar generosamente gracias a nuestra pareja y a nuestros hijos, incluso por los trabajos "esperados" que completan diariamente. Todo el mundo quiere sentirse apreciado.

Cuando nuestros hijos nos vean dando gracias, notarán la diferencia que puede hacer en el día de un extraño o familiar. Naturalmente querrán seguir su ejemplo [compartir esos buenos sentimientos.](#)

*Come Join Us...*

**The Next Children's Sunday Mass is  
December 8<sup>th</sup> at 10:00 a.m.**

**A Pancake Breakfast will follow – hosted by  
The Knight's of Columbus!**

*Students who wear their uniforms to this mass earn  
a dress down day on Monday, December 9<sup>th</sup>!*

