

RECOMENDACIÓN DEL MES

PADRES:



Esta obra, regalo del Ampa, muestra la importancia de la gratitud en nuestra vida diaria. Educar en este sentimiento puede ayudar a niños, jóvenes y adultos a alcanzar el éxito. Numerosos estudios demuestran que la gratitud es uno de los sentimientos más importantes. Así pues, la lectura de esta obra ayudará a toda la familia a apreciar lo positivo de la vida.

Sinopsis

Si se vendiera algún nuevo medicamento para que los hijos se comportaran mejor, sacaran mejores notas y fueran más felices, muchos padres harían lo posible para adquirirlo. Aunque parezca sorprendente, existe un producto así. No se consigue en las farmacias, y está a disposición de cualquiera. Esta medicina milagro es la gratitud.

A lo largo de los últimos años, diversos estudios científicos han demostrado que la gratitud es una de las emociones y virtudes más valiosas e importantes. Los autores, especialistas en este campo, ponen a disposición de padres y educadores unas estrategias eficaces que pueden utilizarse a diario, ejemplificadas con numerosas historias reales, para que los hijos aprecien lo positivo de la vida.

Como muestran sus investigaciones, los chicos y chicas educados en la gratitud tienen una mayor autodisciplina y consiguen establecer relaciones sociales más plenas y efectivas. Con la lectura de este libro, padres y profesores serán capaces de conectar mejor con ellos para que puedan centrarse en las cosas que importan de verdad y, por consiguiente, puedan crear una sociedad más cooperativa y próspera.

"De las virtudes claves para tener éxito en la vida satisfactoria, la que con más frecuencia se olvida en el mundo de la educación es la gratitud. Los autores nos han proporcionado una valiosa guía llena de convincentes ejemplos y basada en las investigaciones más novedosas". WILLIAM DAMON, profesor de educación en la Universidad de Standford; director del Centro sobre Adolescencia de Standford.

¿Cómo puedo hacer que mis hijos sean más agradecidos? Froh y Bono, pioneros en este campo, nos señalan los principios y las estrategias prácticas que pueden usar tanto los padres, como los profesores y los propios chicos y chicas. Mi esperanza es que este libro ayude al nacimiento de la "Generación G": jóvenes que se den cuenta del poder transformador de la gratitud". ROBERT A. EMMONS, editor jefe de The Journal of Positive Psychology.