



La Auto-Estima de su Niño

Los Hechos

Los padres forman en gran parte el desarrollo de la auto-imagen de sus niños. Una gran parte del auto-concepto de los niños se forma a través de las interacciones verbales y no verbales, concientes e inconscientes entre el padre y el hijo.

Los niños que son amados por sus padres incondicionalmente aprenderán la auto-aceptación y la auto-apreciación. Además de desarrollar su propia imagen, los padres contribuyen a construir la autoestima de los niños.

La investigación ha demostrado un vínculo fuerte entre la autoestima de un niño o una niña y su éxito académico; los niños que se sienten bien aprenden más fácilmente y retienen información por más tiempo. De hecho, ellos lo hacen mejor en todo sentido. Una fuerte autoestima capacita al niño a manejar mejor los altibajos de la vida diaria, incluyendo el prejuicio, el abuso, la adicción, la delincuencia y la violencia. Los padres ejercen la mayor influencia sobre la auto-estima de sus niños.

Expresiones de Auto-Estima

Signos de auto-estima positiva

- Aceptación amable de la naturaleza de los demás.
- Deseo confiado de ensayar nuevas cosas.
- Deseo generoso de compartir
- Éxito en la atención escolar, en el cuestionamiento y en lo social
- Capacidad de desarrollar relaciones perdurables
- Individualidad
- Deseo de liderar o seguir
- Tolerancia de diferencias y otros puntos de vista

Signos de baja autoestima

- Falta de auto-confianza
- Falta de auto-respeto
- Inseguridad con respecto a ensayar nuevas cosas
- Bajo logro en la escuela
- Evitar a los otros y pasar demasiado tiempo solo
- Permitirse a si mismo que otros se la dediquen a uno
- Llamar la atención de otros
- Exhibir un comportamiento rudo, irrespetuoso o delincuente
- Demasiado temeroso
- Desorden en las comidas
- Uso de alcohol o de drogas
- Malos hábitos de dormir
- Facilidad de frustración
- Depresión



La Auto-Estima de su Niño

Los Hechos

Los padres forman en gran parte el desarrollo de la auto-imagen de sus niños. Una gran parte del auto-concepto de los niños se forma a través de las interacciones verbales y no verbales, concientes e inconscientes entre el padre y el hijo.

Los niños que son amados por sus padres incondicionalmente aprenderán la auto-aceptación y la auto-apreciación. Además de desarrollar su propia imagen, los padres contribuyen a construir la autoestima de los niños.

La investigación ha demostrado un vínculo fuerte entre la autoestima de un niño o una niña y su éxito académico; los niños que se sienten bien aprenden más fácilmente y retienen información por más tiempo. De hecho, ellos lo hacen mejor en todo sentido. Una fuerte autoestima capacita al niño a manejar mejor los altibajos de la vida diaria, incluyendo el prejuicio, el abuso, la adicción, la delincuencia y la violencia. Los padres ejercen la mayor influencia sobre la auto-estima de sus niños.

Expresiones de Auto-Estima

Signos de auto-estima positiva

- Aceptación amable de la naturaleza de los demás.
- Deseo confiado de ensayar nuevas cosas.
- Deseo generoso de compartir
- Éxito en la atención escolar, en el cuestionamiento y en lo social
- Capacidad de desarrollar relaciones perdurables
- Individualidad
- Deseo de liderar o seguir
- Tolerancia de diferencias y otros puntos de vista

Signos de baja autoestima

- Falta de auto-confianza
- Falta de auto-respeto
- Inseguridad con respecto a ensayar nuevas cosas
- Bajo logro en la escuela
- Evitar a los otros y pasar demasiado tiempo solo
- Permitirse a si mismo que otros se la dediquen a uno
- Llamar la atención de otros
- Exhibir un comportamiento rudo, irrespetuoso o delincuente
- Demasiado temeroso
- Desorden en las comidas
- Uso de alcohol o de drogas
- Malos hábitos de dormir
- Facilidad de frustración
- Depresión

Cómo Puede Usted Ayudar

Estimule a su niño cuando de porta bien

A menudo los padres solo reaccionan cuando su niño actúa mal en vez de tomarse el tiempo para reconocer y premiar lo positivo. Trate de encontrar algo que elogiar cada día. No obstante, cuídese del elogio excesivo sin ningún motivo porque ello puede generar en el niño una perspectiva irreal de lo que se requiere para ser exitoso fuera de la familia.

Préstele atención a su niño(a)

Algunas veces fingimos escuchar o ignoramos los intentos de nuestro niño de comunicarse con nosotros. Esto puede causar que el niño se comporte mal. Los niños de todas las edades se sienten mejor cuando saben que otros valoran lo que tienen que decir. Al escuchar, usted transmite la importancia de las ideas, las opiniones y los sentimientos de su niño.

Mantenga unas expectativas realistas

Reconozca que cada niño es un individuo que se desarrolla a su propio paso. Ajuste sus expectativas a la edad del niño, a su temperamento y a sus antecedentes. Tenga cuidado de no basar sus expectativas en sus deseos y valores insatisfechos más que en los deseos y necesidades del niño.

Cree un ambiente hogareño que sea seguro

Haga de su hogar un abrigo seguro para su familia. Nunca discuta o pelee con su esposa en presencia de su hijo(a). Observe si hay signos de abuso por parte de otros, si hay problemas en la escuela, dificultades con los amigos u otros factores potenciales que puedan afectar la autoestima de su niño. Trate estos asuntos sensiblemente y suavemente.

Escoja sus palabras cuidadosamente

Los niños son muy sensibles a las palabras de los padres. Recuerde reconocer a su niño no solamente por que haga un trabajo bien hecho sino también por su esfuerzo. Durante tiempos de decepción o crisis la auto-estima debilitada de su hijo puede fortalecerse cuando usted le permite saber que su amor y apoyo permanecen intactos.

Ofrezca opciones

Cuando sea posible, permita que el niño haga sus escogencias, apropiadas a su nivel de edad. Ellas le desarrollarán su confianza al permitirle experimentar, cometer errores y aprender en situaciones no amenazan.

Haga buenos actos

Enséñele a su niño a decir y hacer buenas acciones. Ello construye el buen carácter y produce sentimientos positivos de auto-dignidad.

Producido por:
CFERT (800) 457-2736
Colorado Family Education, Resources & Training
Colorado State University
Financiado por Division of Behavioral Health y CSAP
La información para esta Ayuda PIP ha sido recolectada de una variedad de recursos de investigación.

Cómo Puede Usted Ayudar

Estimule a su niño cuando de porta bien

A menudo los padres solo reaccionan cuando su niño actúa mal en vez de tomarse el tiempo para reconocer y premiar lo positivo. Trate de encontrar algo que elogiar cada día. No obstante, cuídese del elogio excesivo sin ningún motivo porque ello puede generar en el niño una perspectiva irreal de lo que se requiere para ser exitoso fuera de la familia.

Préstele atención a su niño(a)

Algunas veces fingimos escuchar o ignoramos los intentos de nuestro niño de comunicarse con nosotros. Esto puede causar que el niño se comporte mal. Los niños de todas las edades se sienten mejor cuando saben que otros valoran lo que tienen que decir. Al escuchar, usted transmite la importancia de las ideas, las opiniones y los sentimientos de su niño.

Mantenga unas expectativas realistas

Reconozca que cada niño es un individuo que se desarrolla a su propio paso. Ajuste sus expectativas a la edad del niño, a su temperamento y a sus antecedentes. Tenga cuidado de no basar sus expectativas en sus deseos y valores insatisfechos más que en los deseos y necesidades del niño.

Cree un ambiente hogareño que sea seguro

Haga de su hogar un abrigo seguro para su familia. Nunca discuta o pelee con su esposa en presencia de su hijo(a). Observe si hay signos de abuso por parte de otros, si hay problemas en la escuela, dificultades con los amigos u otros factores potenciales que puedan afectar la autoestima de su niño. Trate estos asuntos sensiblemente y suavemente.

Escoja sus palabras cuidadosamente

Los niños son muy sensibles a las palabras de los padres. Recuerde reconocer a su niño no solamente por que haga un trabajo bien hecho sino también por su esfuerzo. Durante tiempos de decepción o crisis la auto-estima debilitada de su hijo puede fortalecerse cuando usted le permite saber que su amor y apoyo permanecen intactos.

Ofrezca opciones

Cuando sea posible, permita que el niño haga sus escogencias, apropiadas a su nivel de edad. Ellas le desarrollarán su confianza al permitirle experimentar, cometer errores y aprender en situaciones no amenazan.

Haga buenos actos

Enséñele a su niño a decir y hacer buenas acciones. Ello construye el buen carácter y produce sentimientos positivos de auto-dignidad.

Producido por:
CFERT (800) 457-2736
Colorado Family Education, Resources & Training
Colorado State University
Financiado por Division of Behavioral Health y CSAP
La información para esta Ayuda PIP ha sido recolectada de una variedad de recursos de investigación.