



LABIO LEPORINO

AUTOESTIMA

AUTOESTIMA



- Proceso de asimilación e interiorización desde el nacimiento.
- Se genera por la imagen que los otros nos dan de nosotros mismos y por el valor que damos a esta imagen.
- La infancia y la adolescencia.
son los períodos de máxima vulnerabilidad y flexibilidad.
- Puede modificarse a lo largo de toda la vida.

-
- Una buena autoestima hará que el niño experimente efectos positivos como la confianza, el ánimo, el interés y el placer de aprender y de realizar sueños.
 - Prevendrá el fracaso escolar.
 - Le convertirá en un adulto competente que asume sus éxitos y fracasos.

-
- Importancia de la familia.
 - Calidez, afectividad y apoyo familiar pero con límites.
 - Riesgo de un modelo permisivo en la educación de nuestros hijos.
 - “Profecía autocumplida”.

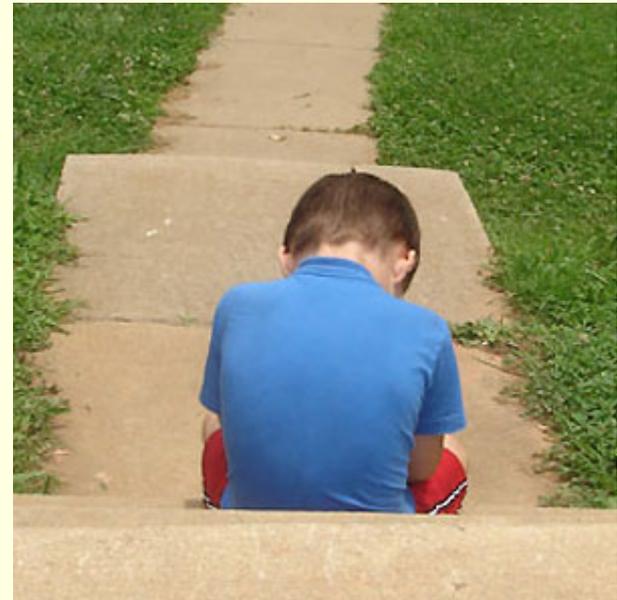
...CON BUENA AUTOESTIMA...



- Competente.
- Seguro.
- Valioso.
- Motivado para el aprendizaje.
- Capaz de pedir ayuda.
- Responsable.
- Solidario.
- Comunicativo.
- Comprensivo.
- Abierto.
- Tolerante.
- Equilibrado.
- Toma iniciativas.
- Autónomo.
- Creativo.
- Optimista.
- Se esfuerza y es constante.
- Busca solución a sus problemas
- Reconoce sus errores.

...CON MALA AUTOESTIMA...

- Sentimiento de inferioridad.
- Tímido.
- Crítico.
- Poco creativo.
- Inestabilidad emocional.
- Angustia y crisis de ansiedad.
- Indecisión.
- Desánimo.
- Pereza.
- Vergüenza.
- Culpabilidad.
- Miedos.
- Envidias.
- Evita situaciones para no equivocarse.
- Engaña, miente y culpa a los demás.
- Excesiva importancia a la opinión de los demás.



CÓMO FOMENTARLA...

- 1- Incentiva el desarrollo de las responsabilidades del niño.
-
- 2- Da la oportunidad al niño a que tome decisiones y resuelva algún problema.
-
- 3- Refuerza con positivismo las conductas del niño. Refuerzos verbales, materiales o afectivos

-
- 4- Pon límites claros a tu hijo, enseñándole a prever las consecuencias de su conducta.
 - 5- Enseña a tu hijo a resolver sus propios problemas y a aprender de sus errores y faltas, de una forma positiva.
 - 6- Deja de lado las críticas que nada construyen. Los insultos no favorecerán a la autoestima del niño.

-
- 7- No compares con otros niños.
 - 8- Observa sus habilidades y hazle sentir especial en algo.
 - 9- Seamos modelos con nuestra conducta.

-
- 10- Propicia la escucha activa.
 - 11- Fomenta sus relaciones sociales y de amistad.
 - 12- Cumple las promesas.

FRASES A TENER EN CUENTA

- *Sabes que te quiero mucho.*

- *Te felicito.*

- *Qué alegría me has dado.*

- *Si necesitas algo te ayudo.*

- *Sé que lo harás.*

- *Muy bien, has sido capaz de hacerlo.*

- *Así me gusta, lo has hecho muy bien.*

- *Estoy muy orgulloso de ti.*

- *No te preocupes, la próxima vez lo harás mejor.*

- *Sé que eres bueno y no dudo de tu buena intención.*

FRASES A EVITAR...

- *Eres un desordenado.*
- *Siempre estás fastidiando.*
- *No vas a llegar a ningún sitio.*
- *Estoy hart@ de ti.*
- *Aprende de tu hermano.*
- *Siempre te estás peleando.*
- *Apártate de mi vista, no quiero verte.*
- *Eres un mentiroso.*
- *No sé cuándo vas a aprender.*
- *No me quieres nada.*
- *Te vas a quedar sin amigos.*
- *Eres un desastre.*
- *Eres un vag@.*