Imprimir

Cómo educar hijos seguros de sí mismos

"***Si brindas seguridad, enseñarás confianza***"

Una persona segura de sí misma denota firmeza, positivismo, alta autoestima y determinación. Además, se caracteriza por ser independiente, autónoma, convincente y generar confianza en los demás. Todas estas cualidades las podemos cultivar en nuestros hijos dependiendo de la educación que les demos.

Todo padre desea que sus hijos tomen decisiones asertivas, se desarrollen socialmente, tengan la seguridad para expresar adecuadamente sus sentimientos, posean el suficiente valor para enfrentar situaciones complejas, y así poco a poco vayan ganando autonomía. No obstante, cuando se educa bajo un contexto de inseguridad y miedos, lo único que logramos es que nuestro hijo no pueda desarrollar las capacidades que en un futuro le serán determinantes.

Seguridad y autoestima

El pedagogo José María Lahoz García dice: "la seguridad en uno mismo es fruto del convencimiento de que se tiene la capacidad suficiente para manejar algunas situaciones con éxito y que se puede ofrecer algo valioso a los demás. Esta seguridad es consecuencia de lo que comúnmente llamamos autoestima".

La autoestima le permite a la persona actuar con seguridad y afrontar la vida desde una perspectiva positiva y emprendedora. Además, proporciona la capacidad de resolver problemas graves porque se afrontan con optimismo. Asimismo, una alta autoestima certifica mayor tolerancia al fracaso.

Lo que debemos lograr con nuestros hijos, es que se sientan valiosos y queridos, haciendo un trabajo basado en el reconocimiento del logro, en el elogio y en la estimulación.

"El desarrollo de la autoestima, es considerado por psicólogos infantiles como la puesta en marcha del `motor´ que impulsará al pequeño para que establezca y cumpla objetivos propios, pues se ha comprobado que un niño que se aprecia a sí mismo es físicamente más sano, tiene considerable motivación para aprender, actúa con responsabilidad y cuenta con mayor tolerancia en caso de que las cosas le salgan mal… Ayudarle al hijo a tener confianza en sí mismo, facilitará su convivencia con otras personas, le permitirá convencerse de que tiene capacidad para actuar con éxito en la vida y le hará entender que su amistad e ideas son tan valiosas como las de cualquier otra persona", afirman María Elena Moura y Lorena Rodríguez en su artículo de saludymedicinas.com

Indicadores de inseguridad

Los niños inseguros suelen sentirse limitados porque no se atreven a hacer algunas cosas por cuenta propia, les cuesta establecer vínculos afectivos con otros chicos de su edad, no progresan en sus primeros aprendizajes escolares, se rinden al primer intento, se sienten frustrados cuando fallan y tienen muy presente la posibilidad de "hacer el ridículo".

Un niño que carece de seguridad propia, tendrá muchos problemas en el futuro, debido a que sentirá angustias y preocupaciones innecesarias, que además se pudieron haber evitado. Todo esto lo pone en clara desventaja.

Las principales señales de un niño inseguro son:

- Muestra temor excesivo a errores y fracasos.
- Tiene poca motivación para jugar o convivir.
- Carece de entusiasmo y presta poca atención a las clases.
- Es muy sensible a las críticas u observaciones.
- Invierte varias horas al estudio, pero su desempeño escolar es deficiente.
- Puede ser muy tímido en el aula o, por el contrario, ruidoso y conflictivo.
- Evita cualquier reto a sus hábitos.
- Se siente frustrado en la escuela.
- Tiende a descalificarse y a decir que no tiene habilidad para ciertas cosas.

A diferencia del niño seguro:

- Es muy curioso.
- Le gustan los desafíos.
- Tiene muchas ganas y facilidad para aprender de sus diferentes materias escolares o actividades.
- Los fracasos y errores representan oportunidades para aprender.
- Conoce sus puntos "fuertes" y "débiles".
- Acude con gusto a clases.
- Admite críticas.
- Es muy sociable con sus compañeros.

Padres seguros, hijos seguros

Educar hijos seguros requiere que los padres también sean seguros. Recordemos que los padres educamos con el ejemplo. Si los hijos nos perciben seguros de nosotros mismos, ellos reflejarán esa firmeza en su conducta.

Los padres, familiares, profesores y amigos, son los principales entes influyentes en la personalidad del niño. "Estas personas actúan como espejos en los cuales el niño ve reflejada la imagen de sí mismo, y, a través de ellas, se va conociendo y va percibiendo el grado de aceptación y aprecio que producen sus actuaciones y su propia persona" indica José María Lahoz García.

No sobra decir que la percepción que tienen los niños de las reacciones de sus padres no se alimenta exclusivamente de las palabras que dicen, la comunicación no verbal y los sentimientos, le permitirán al niño percibir una realidad existente.

¿Cómo brindarles seguridad en sí mismos?

La comunicación padre e hijo es fundamental para ayudarle a incrementar la confianza en sí mismo. Igualmente, establecer fuertes lazos afectivos sin dejar a un lado las normas y la autoridad, ello con el fin de enseñarle a comprender que la vida tiene límites y debe valerse de sus fortalezas para afrontarlas. No obstante, es necesario comprender que no basta con que los padres sientan amor por su hijo, sino que deben aprender a transmitírselo.

Fuentes: solohijos.com, saludymedicinas.com

Más sobre este tema: La autoestima de los padres

Video complementario
Cuándo dar elogios y apoyo a los hijos
Tomado de youtube

16.12.2010 © Corporación CED. Colombia