

ESTRATEGIAS PARA DESARROLLAR LA AUTOESTIMA EN LOS NIÑOS

Por: Edwin A. Marín Díaz, BASW

“No la puedes tocar, pero afecta cómo te sientes. No la puedes ver, pero está ahí cuando te miras al espejo. No la puedes oír, pero está ahí siempre que hablas de ti. ¿Qué podrá ser tan importante y enigmático a la vez? Es tu autoestima.” David V. Sheslow, Ph. D.

El propósito de este artículo es proveer a las personas adultas algunos consejos prácticos para utilizarse en el desarrollo de una autoestima saludable en los niños. Siendo la autoestima un tema amplio que puede discutirse con diversos enfoques, en este artículo sólo se utilizarán algunos elementos bíblicos fusionados con la psicología contemporánea.

El concepto “estima”, en los diccionarios de la lengua española, se define como “el valor o aprecio que un individuo desarrolla de las cosas o personas”. La autoestima se refiere entonces al aprecio que una persona tiene o hace de sí mismo, teniendo ésta un efecto en todas sus relaciones e interacciones, tanto con los demás como consigo. La autoestima se desarrolla paralelamente al físico de la persona, y así como el cuerpo se fortalece con la ingesta de alimentos, la estima propia crece en proporción al “alimento emocional” que recibe de todo el que rodea al individuo desde la concepción. El mensaje detrás de esta analogía es simple: así como somos selectivos al momento de alimentar a un niño para su desarrollo biológico, la selección de intenciones, actitudes, sentimientos, palabras, acciones y emociones para con él deben ser lo mejor según nuestras capacidades. En última instancia, el mandato de Dios es que hagamos lo recto y que lleguemos a ser como Él es (Filipenses. 4:8-9, Santiago. 4:17).

Tomando como base la fe en Dios y su palabra, la Biblia es clara en el significado de la dignidad y el valor de la vida humana. Cada vez que un niño es concebido se manifiesta el milagro de la vida y lo descrito en Mateo 1:23; su esencia se hace notoria para Gloria de su nombre. Fuimos creados a su imagen y semejanza (Génesis.1:26-27) y de este hecho se concluye que así como Dios es único y sin comparación, cada ser humano tiene la característica divina de ser inigualable. Este es el punto de partida en la educación de cada pequeño (Proverbios. 22:6). Si es instruido con esta verdad no tendrá las batallas internas de muchos que hoy día comparan o miden su valor a base de los demás (hermanos, primos, vecinos, compañeros, conocidos, etc.).

Entre muchas otras características divinas, en nosotros están integradas las capacidades que le identifican a Él por sobre todas las demás. Somos capaces

de amar como Él ama y de recibir amor como Él lo recibe de toda su creación. A esta capacidad se le une el mandato de amarle y amar a los demás con la misma intensidad que nos amamos. La meta principal es desarrollar y exteriorizar el modelo de amor establecido por su ejemplo, en especial con cada nuevo ser en desarrollo. Él no sólo da y recibe, Él es amor (I Juan. 4:7-8).

Con este marco como referencia, el método más efectivo que un adulto puede utilizar para aumentar la autoestima en un niño al momento de interactuar con éste, es tratarle como el ser humano que es. Entre los adultos existen códigos y reglas de comportamiento no escritas pero practicadas cotidianamente, tales como el respeto, la cordialidad, la cortesía, la cooperación, la honestidad, límites de relación y la amabilidad, entre otros. Mostrar esta conducta con los menores no sólo les ayuda a una autoestima balanceada sino que será la conducta que emularán por el resto de sus vidas, gran beneficio del que disfrutaremos todos.

La Biblia presenta un cuadro excelente como ejemplo para este punto tan relevante. El relato bíblico de Mateo 19:13-15 describe a Jesús con un grupo de niños, recibiendo, bendiciendo y teniendo contacto físico con ellos. Jesús, Dios encarnado, el hombre más famoso del momento en todo el territorio, recibe a unos niños porque los padres le llevan a Él. Sólo imagínese, sin intención de comparar, que el jugador o artista extranjero favorito de su hogar viene a Puerto Rico y a usted se le da la oportunidad de conocerle en persona junto a su familia. Qué emoción inmensa recibirá ese menor al estar frente a él, le aseguro que esa escena la recordará toda la vida y el sitio que ese menor le dará a usted en su corazón será el más alto. Si usted puede llevar ante Jesús diariamente a su niño o niña, el jugador o artista tomará un cuarto o quinto plano, y si nunca conoce a alguien "famoso" sólo Él es suficiente para transformar una vida en desarrollo.

Qué multitud de sentimientos se generaron con el hecho de que Jesús les permitiera a los niños acercarse a Él. Posiblemente, hubo un saludo, una sonrisa, algunas palabras, y sobre todo, Jesús hizo saber a los demás adultos delante de los chicos que eran importantes para Él. Tan significativos son los niños que todos debemos imitar su pureza en intenciones, palabras y acciones.

La escena también presenta a Cristo bendiciendo a los pequeños. El acto de bendecir es aquel en el que se utilizan las palabras para desear o declarar el bien. Esto posee características únicas y puede ejercitarse de varias formas. Fundamentalmente, se debe tener presente que Dios utilizó la palabra para crear lo que no existía (Génesis. 1).

La palabra tiene el poder de crear, transformar, trascender y restaurar, pero también de destruir, arruinar, atar y cancelar, entre otros. A continuación algunos ejemplos para practicar con los chicos:

- Háblele del amor que siente por ellos y expréselo a otros delante de ellos.
- Hable de los logros de ellos ante otros.
- Ore por ellos y por los demás - Mateo 19:13, Job 42:10
- Comparta las obras de Dios en usted – Salmo 44:1
- Hable con bien de los enemigos – Mateo 5:44
- Bendiga los alimentos con ellos – Mateo 14:19
- Educación bíblica y educación formal – Lucas 2:40, 52
- Corrija y amoneste – Proverbios 13:24

La bendición contribuye en el niño desde el vientre, porque éste tiene la capacidad de percibir la intención de las palabras (Lucas. 1:39-45). El reto será mantener una vida de intimidad con Dios para que el niño vea que todas nuestras acciones son cónsonas con nuestras palabras.

La última acción de Jesús con los niños en este pasaje fue la imposición de sus manos sobre ellos. Somos seres sensoriales y los estímulos que recibimos, tanto positivos como negativos, llegan a través de los sentidos. La Palabra expresa que este acto debe ser intencionado y llevado a cabo con pureza de corazón (Colosenses. 3:17). Es por esto que Cristo utilizó el contacto físico como recurso para transmitir amor a cada menor que le fue llevado. El contacto físico como un abrazo, un apretón de manos, una palmada en el hombro y la imposición de manos en la oración influyen para que el menor se sienta amado, respetado, atendido y valorado.

En resumen, el desarrollo saludable de la autoestima en los niños depende de diversos factores y se ejecuta de varias maneras. Jesús a través de esta escena nos demuestra formas simples en las que un adulto puede contribuir a desarrollarla de forma correcta. Comenzando con la atención que se les preste, el bendecirles y mantener contacto físico con los niños son algunas de las herramientas disponibles. Nos resta utilizar al máximo las capacidades, talentos, dones y recursos que Dios nos ha dado para alcanzar tan hermoso fin. En conclusión, los niños necesitan tiempo y tiempo de calidad para crecer fortalecidos en su ser interior, entonces y sólo entonces, serán personas seguras de sí y de sus acciones, estables en sus emociones, productivas en sus ejecutorias, amantes del ser que les creó y agradecidas de los seres que les guiaron en el camino recto.