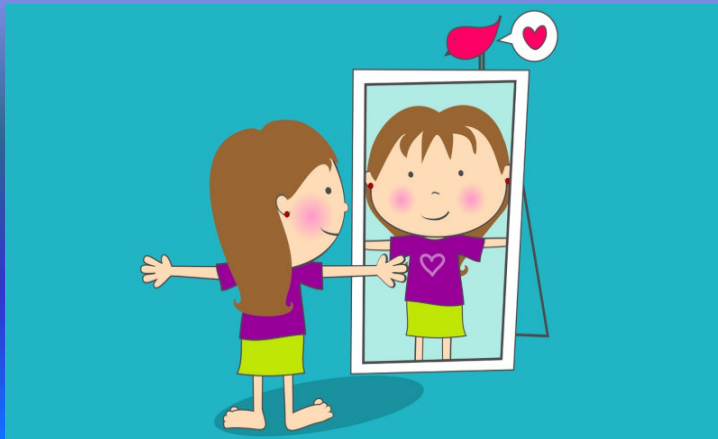




Autoestima



Convivencia Escolar

¿Qué es la Autoestima?

Es la capacidad para valorarse, respetarse y aceptarse a sí misma tal y como es.

¿Qué es la Autoestima?

Es lo que pienso y siento
sobre mi.

¿Qué es la Autoestima?

Es el conjunto de percepciones, imágenes, pensamientos y afectos sobre nosotros mismos.

¿Cómo se ve un niño con Baja Autoestima?

Postura Corporal Inadecuada
Bajan su cabeza

Enojados
Tienen cambios de humor constantemente

Ansiosos
Evitan situaciones que le generan angustia y temor



Indecisos
Dificultad para tomar decisiones, miedo a equivocarse

Pocos Sociables
Se aíslan, son tímidos y tienen pocos amigos

Pasivos
No toman la iniciativa

¿Cómo se ve un niño con Alta Autoestima?

Sociables

Tienen varios amigos

Alegres

Están llenos de energía,
están contentos

Creativos

Lea gusta jugar, cooperan y
siguen reglas



Seguros

Defienden sus ideas,
confían en sí mismos

Activos

Le entusiasman las
actividades nuevas

**Postura Corporal
Adecuada**
Postura erguida

¿Cómo fomentar la Autoestima en los hijos e hijas?

- No compararlos con otros.
- Enseñarles a confiar en ellos mismos
- Enseñarles a esforzarse para mejorar, por ejemplo, si se ha sacado una mala nota o un trabajo no me quedó muy bien, para el próximo trabajo o prueba, debemos dedicar más tiempo en estudiar o hacer el trabajo.

¿Cómo fomentar la Autoestima en los hijos e hijas?

- Valorar sus logros y habilidades.
- Hacerles sentir que son aceptados incondicionalmente.
- Brindar autonomía



¿Cómo fomentar la Autoestima en los hijos e hijas?

- Transmitir confianza y seguridad todo el tiempo.
- Dedicarles tiempo de manera exclusiva.
- Fomenta su autonomía, dándoles responsabilidades



Puntos clave

- La autoestima positiva genera confianza en los niños para enfrentar los desafíos.
- Los niños que se valoran suelen pedir la ayuda que necesitan.
- Apoyar a su hijo de manera realista es clave para ayudarlo a desarrollar una autoestima positiva.

No olvidemos que la autoestima se forja desde la infancia; y el entorno familiar será muy importante en la vida del niño o niña.



Si apoyamos a nuestros hijos e hijas

- Tienen confianza en sí mismos.
- Mejoran su rendimiento académico.
- Son respetuosos con los otros.
- Saben trabajar en equipo.
- Son autónomos.

¡Muchas
Gracias!