



AUTOESTIMA Y APRENDIZAJE

¿Cómo generar una autoestima positiva en el niño desde pequeño?

¿Qué es la autoestima?

- Es un juicio personal de valor que se manifiesta en las actitudes del sujeto con respecto a sí mismo. Se refiere a la dimensión afectiva del yo.
- Si el motor para cualquier tipo de aprendizaje es la inteligencia (dimensión cognitiva del yo), el combustible para que ande tal motor es la afectividad, y dentro de ésta, el afecto que uno se tiene a sí mismo, es decir, la autoestima.

Relación entre autoestima y educación

- El concepto que el niño posee de sí mismo, depende prioritariamente del trato que recibe de sus padres. Si recibiera un trato punitivo, marginador, menospreciador de sus posibilidades y habilidades, terminará por creerse que realmente es así, y actuará en consecuencia.
- Además, si el adulto le resuelve todo bajo la creencia de que, por pequeño, no está capacitado, poco le estará entrenando para entregarse con ánimo y expectativas de éxito en las oportunidades escolares. Las repercusiones de retraimiento, timidez y/o agresividad serán los grandes enemigos de la integración y de cualquier tipo de aprendizaje escolar.
- Así mismo, el trato que el niño recibe de sus compañeros y maestros, estará muy condicionado por el concepto que él posee de sí mismo.

Características de un niño con alta y baja autoestima:

Alta autoestima	Baja autoestima
<ul style="list-style-type: none">- Poco centrado en su "yo", propenso a considerar cuestiones externas.- Confía en sus posibilidades, en sus percepciones y en sus juicios.- Está animado y cree que podrá sacar un buen partido de su esfuerzo.- Se propone metas que le llevan a la independencia social y a la creatividad.- Convencido de que tiene razón, expresa sus convicciones con valor.- Más participante que simple oyente en los diálogos y	<ul style="list-style-type: none">- Preocupado, vive centrado en su yo más que en realidades externas.- Se percibe a sí mismo como inferior e inútil.- Le cuesta trabajo ponerse en marcha, dar o recibir amor.- Tiende a sentirse aislado y solo, a sentirse culpable, avergonzado o deprimido.- Menosprecia su propio potencial y sus realizaciones.- Adopta demasiadas actitudes defensivas.- Suele ser muy ansioso (indeciso, inseguro, con incertidumbre).



discusiones. - No le cuesta abrirse a los demás y hace amistades. - Se muestra reflexivo, tranquilo y prudente.	- Más propenso a afecciones psicósomáticas (dolor de vientre...) - Más propenso a inadaptación escolar.
---	--

¿Cómo fomentar una buena autoestima en nuestros hijos?

- Estimulando desde muy pequeños sus experiencias sensoriales, que reaviven permanentemente su curiosidad por la intervención en el medio y el descubrimiento de las cosas.
- Fomentando con frecuencia la comunicación y el intercambio, preparándole el éxito y reconociéndoselo.
- Impulsando y animando su libertad, y autonomía de reconocimiento y experimentación en el ambiente, garantizándole su seguridad personal.
- Estableciendo límites claros y precisos entre recompensas por conductas positivas y caprichos no permitidos.
- Estableciendo normas y reglas flexibles en exigencia según edad, pero vigilando su cumplimiento.
- Asignando responsabilidades básicas, acordes con la edad (encargos, tareas domésticas sencillas...) y que las cumplan, sin resolverle en exceso.
- Huyendo de la imposición y optando por la explicación, información, y el respeto auténtico. Buscando siempre la cooperación para conseguir la obediencia en el cumplimiento de normas muy claramente definidas.
- Motivando, animando, dando aliento y ofreciendo un apoyo consistente.
- Mostrando interés por sus asuntos. Cuando se hacen cosas juntos, los niños se sienten más estrechamente ligados con el adulto y hablan con más facilidad y dominio.
- Utilizando más las recompensas que los castigos para influir en su conducta.
- En caso de castigos, éstos deberán ser justos y francos, compartiendo las responsabilidades ambos padres.
- Por muy contrariados que se hallaran los padres, nunca deberán tratar al niño con dureza y desorden, amenazándole con la pérdida de amor y cariño.

Servicio de Perfeccionamiento Educativo de padres.