

TENDENCIAS

3 formas de potenciar la autoestima de los niñ@s

El Ciudadano · 18 de agosto de 2015





Como todos los padres, madres y adultos que crecen alrededor de niños y niñas, lo normal es sentirse motivado y felicitarlo tras cada logro, desde la primera vez que come por sí solo hasta las infinitas veces que demuestra gestos de independencia. Queremos que se sientan motivados y celebramos su “nueva aptitud” o “actitud”.

Sin embargo, al parecer, nuestras excesivas felicitaciones pueden ser dañinas. Para conseguir nuestro objetivo motivante y estimular el desarrollo positivo de su autoestima, expertos proponen no centrar la felicitación en un logro determinado. Ya que podríamos crear “niños adictos a los cumplidos” y por consiguiente, promover la frustración si no consiguen lo que desean. Por lo tanto, deberíamos valorar el proceso en la justa medida para promover su propia satisfacción y autoestima frente a sus logros

1. Alabar el proceso, no a la persona

Si sólo valoras que el sea tu hij@, podrías afectar su capacidad de **perseverar** y lograr cosas en su vida en general. Un niñ@ necesita confiar en su toma de decisiones y que se valoren sus capacidades.

2. Sé sincero

No tenemos que dar cumplidos a nuestros hijos de manera automática, porque sí, o para evitar alguna pataleta. Debemos hacerlo de manera honesta. En caso contrario, solo **estás alimentando una personalidad caprichosa y llena de falsas expectativas**.

3. Dejar de dar cumplidos por completo

Se trata de dejar de ser repetitivo en tus halagos. Puedes seguir valorando sus logros, decir cosas positivas respecto a sus acciones y procesos pero innovar en las formas es imperativo, ya que los niños a partir de los 7 años dejan de creer en lo que dicen sus padres. Es decir, comienzan a desconfiar o dudar de los halagos repetitivos. Para evitar esa desconfianza, puedes dar observaciones con algún valor añadido, **y un comentario honesto, claro y directo**.