



DEPARTAMENTO DE PSICORIENTACIÓN

¿CÓMO FOMENTAR LA AUTOESTIMA EN NUESTROS HIJOS?



Acepta a tu hijo como es

- ***Todos tenemos virtudes y defectos.**
- ***Para toda persona es importante ser aceptado como es.**
- ***Esto brinda seguridad y fortaleza para cambiar lo que sí se puede cambiar de uno mismo.**

Ser como adulto un modelo positivo y cercano

- ***Cuidar la propia valoración de sí mismo es el mejor modelo que tendrá su hijo para seguir.**

Dar amor incondicional

- ***Demuestre ese amor que es importante para estimular la autoestima de su hijo.**
- ***Dígale todo lo que lo quiere.**
- ***Elógielo cuando lo tenga que hacer al igual que corregirlo.**

Validar lo que siente

- ***Al validar lo que siente, también le ayudamos a desarrollar la empatía, ya que nosotros en ese momento empatizamos con él: “comprendo que te haga sentir mal”.**

Evita etiquetar a tu hijo

- ***Las etiquetas negativas se vuelven creencias limitadoras perdurables en el niño cuando se hace adulto.**