

REFUERZA SU AUTOESTIMA

¡Tú sí que vales!



Refuerza la autoestima de tus hijos.

Redacción | telva.com@telva.com



Regálale a tu hijo.... seguridad. Hazle fuerte, independiente y capaz de encararse a la vida en todos sus frentes: laboral, sentimental y social. Enséñale a querer-se; te decimos cómo conseguirlo.

«Ignacio, ¿qué le regalamos a tu amiga Lola por su cumpleaños?» Le pregunta su madre antes de ir a la fiesta, "yo creo que una foto mía le gustará mucho", responde el niño sin pensárselo dos veces. El diagnóstico está claro, a sus cuatro años, este alumno de preescolar promete una autoestima de tirar cohetes.

Diego, por el contrario, se mira en el espejo del ascensor y le suplica a su padre: " cómprame cereales que adelgazan, en el colegio me llaman gordo". No hay más que mirarle y comprobar que se encuentra dentro de los percentiles medios en pediatría.

La diferencia de seguridad en sí mismo entre uno y otro es evidente. ¿Cómo pelear para que en unos años Diego no dude que es una persona tan capaz, tan valiosa y, por qué no, tan guapa como Ignacio? ¿Cómo pueden ayudarte sus padres?

La psicopedagoga Marta Valcárcel opina:

"Es importante **motivarle y poner el acento en lo positivo**, en lo bueno de su personalidad, y realizar con él actividades para las que tienen cualidades o **potencian la autoestima**, como montar a caballo o practicar judo. Pero sobre todo, continúa la experta, se impone una labor de día a día, en la que se valoran sus esfuerzos cotidianos y se demuestra que se tiene confianza en él y en sus aptitudes. Lo que a nosotros nos puede parecer ridículo, probablemente para él resulte importante".

Sigue los pasos que te propone **la doctora Valcárcel**. Serán muy útiles para que tu hijo se aprecie como se merece.