EL BUEN TRATO MEJORA LA AUTOESTIMA

EN LOS NIÑOS Y NIÑAS

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Nombre: | Curso: PK a 8° | Fecha: semanaN°8 |
| **Objetivo: Promover y fortalecer las relaciones basadas en el Buen Trato en todas las instancias y espacios de la vida escolar.** | | |

¿Qué necesito saber?



¿Qué es la autoestima?

Es cuanto nos queremos a nosotros mismos.

**La Autoestima**, se forma a través de los años, mientras mejor nos traten en la infancia, más nos queremos a nosotros mismos, este amor hacia nosotros, no prepara para que podamos enfrentar las situaciones difíciles de mejor manera.

Las madres, padres, apoderados, tutores de los niños y niñas tenemos la responsabilidad de quererlos y hacerles saber con nuestras acciones cuanto los queremos.

Más abajo encontrarán preguntas que ayudan a saber si estamos educando a nuestros hijos/as para tener una autoestima positiva, y de esa forma se quieran a sí mismos.

**¿Qué debemos hacer como padre o madre?** frente a cada lámina debo….

1° leer el recuadro.

2° analizar si lo está haciendo.

3°responderse a mí misma, no para los demás.

4° Si la respuesta es positiva (si lo hago), sigo igual, porque significa que con mi forma de ser estoy ayudando a que mi hijo/a tenga una autoestima positiva.

5° Si la respuesta es *a veces*, soy cariñosa, en ocasiones le prestó atención a mi hijo/a, entonces debo reflexionar un rato, antes de dormir, o al levantarme en la mañana, y pensar cómo me gustaría que me trataran a mí.

Y mejorar el trato que tengo con él o ella. Pues en la medida que usted como adulto haga un esfuerzo y se dé el tiempo para escuchar a su hijo/a. éste será cada vez más cariñoso con usted, le responderá mejor y el amor entre ustedes crecerá.

Paciencia Mamis y Papis, ustedes están dando lo mejor de sí mismos para que sus hijos e hijas crezcan sanos física y mentalmente.

Pues bien, ahora ***manos a la obra.***

Reflexionemos frente a cada pregunta:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ¿Le demuestro cariño a mi hijo e hija? | **Sí, siempre** | **A veces** |
| ¿Me he dado cuenta si mi hijo o hija presenta algunos cambios en su conducta? |  |  |
| ¿Lo escucho atentamente (sin hacer otras actividades) cuando me quiere contar algo? |  |  |
| ¿Hago algo para apoyar el desarrollo de habilidades especiales (como cantar, estudiar, leer, entre otras)? |  |  |
| ¿Felicito a mi hijo o hija cuando cumple con sus responsabilidades? |  |  |
| ¿Apoyo y aconsejo a mi hijo o hija cuando no hace algo bien y le explico cuál es la conducta esperada? |  |  |
| ¿Le entrego responsabilidades a mi hijo o hija? |  |  |
| ¿Resalto las cualidades positivas de mi hijo o hija? |  |  |

Ahora!!!! Papá, mamá:¿qué pueden hacer para mejorar la autoestima de sus hijos/as, convirtiendo esos “a veces” en “siempre”!

Ejemplo: en la pregunta ¿*le demuestro cariño a mi hijo e hija*?

La respuesta es: A veces

Transfórmala en **siempre** les demuestro cariño a mi hijo e hija.

Me dirán ustedes ¿cómo lo transformo en **siempre***le demuestro cariño a mis hijos*?, pues sencillo, sonría a sus hijos un poco más. Si su hijo/a recogió un plato de la mesa, mírelo/a y sonríale tiernamente, él o ella entenderán que a usted le agradó y se sentirán querido; lo ayudará a que aumente la confianza en sí mismo y por ende, su autoestima.

Sería muy importante para ellos que usted reconozca lo bien que han llevado esta situación hasta ahora, pues ninguno de nosotros había tenido que vivir encerrado sin clases, por tanto tiempo, ellos son pioneros en estos momentos, son los primeros valientes que pasan por algo tan diferente, enfrentándose al contagio de un virus invisible, el tener que hacer tareas desde la casa…. Mamis y papis un solo minuto de su vida reconociendo lo maravillosos que son sus hijos, los ayudará a subir la autoestima, inténtelo a diario y verá como mejoran las relaciones en casa, todo estará mejor

Nos despedimos con un gran abrazo, les queremos muchos y también les extrañamos.

***Equipo de Convivencia Escolar***

***Colegio Hermanos Carrera***