



Formando una autoestima positiva



La autoestima es la valoración de sí mismo, de la propia personalidad, de las actitudes y de las habilidades, que son los aspectos que constituyen la base de la identidad personal. Se construye desde la infancia y de la manera de relacionarse con las personas, principalmente los padres. La familia tiene gran responsabilidad porque es quien le trasmite y le enseña los valores que llevarán al niño a formar su personalidad y su nivel de autoestima.

Un niño al nacer no tiene una imagen de sí, esta se irá construyendo con el paso del tiempo y en su interrelación amorosa con las figuras significativas de su vida. Para lograr una buena autoestima en niño debe sentirse capaz de hacer por sí mismo las cosas y que lo valoren por hacerlo.

Neva Milic¹ es su libro “Autoestima²” dice que la familia es importante para el logro de una buena autoestima. Los padres deben poner normas claras pero que a la vez puedan ser flexibles, “negociadas en forma democrática”. Estudios realizados comprueban que estas familias logran vínculos afectivos fuertes y una buena comunicación. Además, sostiene que para muchos padres

¹ **Neva Milicic Müller** ([Santiago](#), 18 de febrero de 1943) es una psicóloga infantil [chilena](#), conocida por sus publicaciones de libros para niños así como por su trabajo académico por el que en 2015 fue nombrada Profesora Emérita de la [Universidad Católica](#)

² [Hijos con autoestima positiva - Neva Milicic, Soledad López de Lérica | PlanetadeLibros](#)



educar es sinónimo de corregir y criticar a sus hijos. Sin embargo, teniendo un buen clima afectivo, un buen trato y una buena guía en valores van a lograr una mejor estabilidad emocional

Desde que el recién nacido llega a nuestras vidas es importante darle las atenciones que requiere y satisfacer sus necesidades. Mientras realiza las tareas de mudarlo, alimentarlo, limpiarlo el niño debe sentir su amor y que usted lo hace con cariño. Béselo, hágale masajes en los pies, en su espalda, ese contacto y esa cercanía van creando ese vínculo indisoluble y le van entregando la seguridad que necesita para hacer su aparición en este mundo emocionalmente más seguro.

A medida que van creciendo genere un ambiente cálido, sea tolerante, no se enoje porque botó un juguete, haga que lo recoja y felicítelo, este gesto debe ser reconocido positivamente. Confíe en el niño, en su capacidad para realizar por sí solo ciertas actividades, no le ayude en todo, que resuelva solo sus problemas.

Trate de generar un ambiente para que desarrolle el ingenio y la creatividad.

Converse con él, desde muy pequeños entienden las instrucciones, pero hágalo con cariño y use un lenguaje positivo, “tal vez si lo haces de esta manera te resulta”, incentive al niño a cuidar sus juguetes, que los ordene, evite retarlo si desordena, por ejemplo, invítelo a ordenar con una canción.

Invítelo también a la observación; sienta al niño en sus piernas y observan una lámina de un libro, usted le va diciendo; este es un perro, el perro ladra, hace guau guau. Este es un árbol, es muy alto, estas son hojas, son verdes, luego nombra el color de los objetos dibujados, etc.

Por Silvana Di Monte. www.yoabuelo.cl

Padres OK