

¡ Atención Padres de familia la Autoestima Positiva es un Derecho de sus hijos!

La autoestima es la valoración positiva que tenemos de nosotros mismos. Quererse a sí mismo, saberse valioso, saberse que es querido y valorado, eso es *autoestima*.

La autoestima es la base de la personalidad sana, y se forma desde niños con los padres, si Uds. Padre y Madre no forman ésta en sus hijos, crecerán con una falta de fe en sí mismos o en los demás, falta de motivación para aprender, incapacidad para aceptar sus errores, etc.

La autoestima depende de la manera como somos tratados, un ambiente de cariño, aceptación, valoración y comprensión da seguridad, la falta de éstos son el origen de inseguridad personal. Si se les respeta, se les presta atención, se valoran positivamente sus habilidades, tendrán una buena imagen de ellos mismos.

Es en su familia donde descubren que son valiosos e importantes o, por el contrario, que no sirven, ni valen y generará en ellos vergüenza, resentimiento, miedo.

Los adultos que rodean a los niños, **padres de familia principalmente**, son decisivos para desarrollar o impedir el desarrollo de *la autoestima* en ellos.

Influyen positivamente cuando las relaciones familiares son adecuadas: les hacen sentir a sus hijos el amor incondicional, les dan seguridad y apoyo permanente.

Si su hijo tiene problemas de *autoestima* ¿Qué pueden hacer?

- Dar amor y expresar cariño a las personas que los rodean, de manera especial a los niños.
- Hacer sentir a sus hijos que son valiosas y capaces.
- Respetar a cada ser humano como persona importante, escuchándolo y teniendo en cuenta sus opiniones.

¡¡¡ **GENERA UNA BUENA AUTOESTIMA EN TUS HIJOS** !!!

Departamento de Psicología del Colegio de los Sagrados Corazones de Arequipa

