

SEGURIDAD, AUTOESTIMA Y CAPACIDAD DE RESOLVER CONFLICTOS

Cuando los niños llegan a los 3 años de edad se empiezan a enfrentar a una serie de desafíos frente a los cuales van a necesitar un apoyo y guía de sus padres para que, la frustración no los lleve a un bajo control emocional, sino que por el contrario, se fomente un autoestima basada en la seguridad de sus propias habilidades y aptitudes para afrontar los diferentes retos que tendrá en el camino.

Es por esto que consideramos importante enseñarle a los niños(as) desde pequeños a pensar por sí mismos y así fomentar un autocontrol y consciencia plena de los actos que se tienen con los demás y consigo mismos.

Cuando un niño logra sentirse seguro, aprende a confiar en sí mismo y, es esta confianza, la que le da la fuerza y convicción necesaria para enfrentar las dificultades cotidianas y lograr una resiliencia frente a las adversidades. Así pues, como padres, es necesario educar a los niños y niñas para que desarrollen dicha seguridad adquiriendo habilidades y capacidades que les permitan buscar diferentes alternativas para lograr sus metas y aprender de sus propios errores.

Los niños seguros:

- Disfrutan la vida Se permiten nuevas experiencias
- Son bondadosos y gentiles con quienes necesitan
- Son autónomos Son menos influenciables
- Expresan adecuadamente sentimientos y opiniones

¿Cómo desarrollar la confianza y seguridad los niños(as)?

- Desde bebés, permíteles hacer cosas solos, fomentando su autonomía e independencia dentro de los límites posibles para su edad. **Hazle sentirse capaz.**
- Enséñale a ser perseverante y que los errores que cometen son una gran fuente de aprendizaje. **Hazle sentir que puede.**
- Estimúlalo para que se sienta motivado a experimentar y probar cosas nuevas, asumiendo y midiendo los riesgos que esto conlleva. **Hazle sentir que estas orgulloso(a) de él(ella).**
- Permítele tomar decisiones y resolver problemas por su cuenta. **Hazle sentir que su opinión es importante**
- Evita dar críticas destructivas, evitando utilizar etiquetas, insultos, insatisfacción y desagrado. **Hazlo sentir protegido y cuidado.**
- Reconoce cada uno de los logros que alcance y entrégale diferentes responsabilidades. **Hazle sentir que confías en él(ella)**
- Ayúdale a identificar y corregir las creencias erróneas que puede tener sobre sí mismo: Los "No puedo" **Hazlo sentir exitoso .**
- Ayúdale a identificar y corregir las creencias erróneas que puede tener sobre sí mismo: Los "No puedo" **Hazlo sentir exitoso .**

EL ASUMIR RETOS Y RESPONSABILIDADES EN DIFERENTES MOMENTOS DE LA VIDA NO DEBE SER ASUMIDO COMO UN CASTIGO PARA TU HIJO(A), HACE PARTE DE UN PROCESO NATURAL Y SE DEBE APRENDER A REALIZARLAS, EQUIVOCARSE, APRENDER Y LEVANTARSE. LA CONFIANZA QUE LE DEMUESTRAS A TU HIJO(A) Y A SUS CAPACIDADES SERÁ LA MISMA QUE ELLOS UTILIZARÁN PARA ASUMIR LOS RETOS QUE LLEGAN DÍA A DÍA.