

Usted, Su Niño, y LA CONFIANZA EN SÍ MISMO

S. Doescher y L. Burt

Muchos padres quieren que sus niños tengan un sentimiento positivo de ellos mismos y que crean que pueden salir adelante. Los niños muchas veces evalúan su valor personal y juzgan sus habilidades basándose en las experiencias que han tenido en su hogar. Las familias pueden proveer numerosas oportunidades cada día para desarrollar la confianza de los niños en sí mismos.

Estilos para Edificar la Confianza en Sí Mismo

Las escenas familiares a continuación muestran diferentes maneras de cómo los padres pueden afectar la confianza en sí mismos de los niños.

Escena 1

“Es hora de que te duermas y no te has bañado,” grita la mamá de Esteban. “Te apuro que no lo vayas a hacer como anoche. Hueles mal. Necesitas lavarte los dientes, necesitas peinarte y ¿cuándo vas a aprender a recoger tu ropa sucia?” Esteban, que tiene 4 años de edad, se queda mirando al espejo en el baño en silencio. Sale del baño y entra en su cuarto, se mete a la cama, con todo y ropa.

Amparo, la hermana de Esteban que tiene 7 años, saca los papeles de su mochila. Mira sus dibujos del paseo de la clase a la planta procesadora de vegetales. Mientras sus papás caminan por ahí tomando café, Amparo relata el día del paseo al mismo tiempo que señala los dibujos de sus amigos mirando los carros con vegetales. Se prepara rápidamente para ir a dormir.

Escena 2

“Es tu turno de bañarte,” dice Papá al mismo tiempo que le da una toalla a su hijo. “Vamos a escoger un juguete para el baño, ¿el barco o el pescado?” Esteban escoge el pescado y rápidamente se desviste y se mete a la tina. A Papá le agrada que Esteban esté listo para el baño, limpiándose él y el pescado. “Como te estás divirtiendo bañandole un baño a tu pescado,” dice Papá. “Después que acabes, tendremos tiempo de leer antes de que te duermas.”

Mientras tanto, Amparo está mirando su trabajo que ha traído hoy de la escuela a la casa. Mamá continúa tomando su café y leyendo su periódico. No se da cuenta de que Amparo la está mirando ni que le está hablando en voz baja acerca de su dibujo del paseo.

Escena 3

Esteban continúa bañándose hasta que Papá le dice que tiene 5 minutos para lavarse. Esteban se enjuga y seca. “Acabas de tener un gran baño y ahora es tiempo de ponerte tus pijamas,” dice Papá. Cuando Esteban está listo para dormir, Papá pregunta, “¿Qué cosa hacemos después?” Esteban contesta, “Lavarse los dientes.” Papá afirma moviendo su cabeza y tomando su cepillo dice, “Vamos a hacerlo juntos.”

Cuando acaban, Esteban escoge un libro para leer. Mientras leen, Papá comenta, “Ves como nos divertimos cuando todos cooperamos juntos.” Mientras tanto, Amparo mira sus dibujos de la escuela. Cuando Amparo mira hacia arriba, su mamá dice, “Mira las zanahorias y elotes que dibujaste! Dime qué pasó en tu paseo.”



Cada una de estas escenas familiares demuestra diferentes comportamientos que animan y

Sue Doescher, especialista en el desarrollo del niño y educación a los padres de la Extensión; y Linda Burt, coordinadora del alcance del niño y la familia, Centro del Desarrollo del Niño; Universidad del Estado de Oregon.



desaniman la confianza en sí mismos de los niños. En la escena 1, el enojo de Mamá se expresa en las frases negativas que ofenden a su hijo. Cuando Esteban recibe el mensaje que es un inútil e irresponsable, Esteban siente que él no es competente.

Con Amparo, sus papás ignoran sus esfuerzos de platicar con ellos. Si la ignoran una y otra vez, esto puede comunicarle a Amparo que sus ideas y experiencias no importan. Su confianza puede ser grandemente reducida.

Algunas conductas negativas hacia los niños son fáciles de ver. Los padres pueden ordenar usando frases como, “¡Ven aquí!” o “¡Cuidado!” Pueden hacer comentarios negativos como, “No hables con la boca llena,” o “Estás muy pequeño para venir con nosotros.”

Algunas conductas negativas son más fuertes. Los padres pueden ignorar a los hijos cuando están muy ocupados o cuando no les escuchan pidiendo ayuda. Los padres no pueden darse cuenta que los niños están trabajando cooperativamente con otros o que están haciendo lo que se les dijo que hicieran.

Edificando la Confianza de los Niños en Sí Mismos

Responde positivamente. Hay algunas maneras de animar la confianza en sí mismos de los niños. En las escenas 2 y 3, Papá usa frases positivas que edifican el sentimiento de confianza de Esteban. Por ejemplo, Papá afirma a Esteban

Actividad 1: Usando Respuestas Positivas

Muchas situaciones diarias dan la oportunidad a los padres de incrementar la confianza en sí mismos de sus hijos. Que haría usted en los siguientes ejemplos?

Primero, piense en la situación y en la respuesta de los padres. Entonces reafirme los comentarios para que los niños se sientan aceptados y valorados por sus contribuciones.

- Paulina derramó el jugo que estaba vaciando. Papá grita, “¡Ahora ve lo que has hecho! ¡No lo puedo creer! ¡Qué suciedad!” ¿Qué diría usted diferente?
- Alejandro deja sus bloques regados en la alfombra. Mamá ordena, “¡Ven aquí y limpia esto!” ¿Qué diría usted diferente?
- Claudia tira las piezas del rompecabezas y grita, “Pon las piezas bien.” Mamá pregunta, “¿No puedes ver a dónde van? Ven ponlas ahí.” ¿Qué diría usted diferente?
- ¿Puede usted pensar en una situación que perdió la oportunidad de promover la confianza en sí mismo de su niño? ¿Qué hizo o dijo? ¿Qué haría o diría diferente?

diciendo, “Como te estás divirtiendo dándole un baño a tu hijo pescando.” Papá dirige la actividad de Esteban cuando dice, “Es tu turno de bañarte.” “¡Vamos a escoger un juguete para el baño!” Papá ofrece opciones y hace preguntas a Esteban como, “¿El barco o el pescado?” “¿Qué cosa hacemos después?”

En adición, en la escena 3, Mamá pregunta a Amparo acerca de sus ideas diciendo, “Dime qué pasó en tu paseo.” Desde que Mamá y Papá son responsables por sus hijos, podemos imaginar que también usan conductas corporales positivas como sonrisas y contacto con los ojos cuando hablan entre ellos.

Mire las expectativas. La confianza de los niños en ellos mismos puede ser influenciada por las expectativas de los padres. Cuando los padres observan y escuchan, pueden

ser más realistas acerca de las habilidades y expectativas de sus hijos. Una combinación entre lo que los padres esperan de sus hijos y lo que realmente pueden hacer es crítico para el estímulo al éxito y la confianza de los niños en sí mismos.

¿Qué tan cerca están sus esperanzas por sus hijos y lo que sus hijos pueden hacer? Típicamente, no se espera que los niños de edad pre-escolar realicen todas las actividades listadas a continuación. Los niños de edad escolar son más propensos a realizar estas cosas. ¿Espera usted que sus hijos tengan estas habilidades?

Físicamente

- Escribir letras y números
- Permanecer sentado
- Cachar una pelota
- Tener buen balance y coordinación

Intelectualmente

- Enfocarse en una actividad por 30 minutos

- Contar hasta 30
- Saber el tiempo
- Decir una historia

Socialmente

- Imitar una actitud adulta
- Conocer las reglas
- Jugar cooperativamente en un pequeño grupo
- Contestar confiadamente a los adultos

Emocionalmente

- Discutir sentimientos con otros
- Estar calmados y equilibrados
- Ser sensibles al juicio de otros
- Ser sensibles a los sentimientos de otros

Algunas veces los padres tienen pocas expectativas de sus hijos. Esto previene a los niños a desarrollar habilidades que pueden ayudarles a edificar la confianza en sí mismos. Otras veces los padres tienen muy altas expectativas de sus hijos. Estos padres pueden tener metas no realistas para sus hijos y los presionan a llevar a cabo un nivel irrazonable.

Observe las prácticas de los padres. ¿Cómo ven y responde a sus hijos? ¿Trabajan con sus hijos, no contra ellos? Los padres restrictivos enfatizan la severidad y obediencia. Frecuentemente corrigen y castigan a sus hijos y los desaniman a explorar sus alrededores. Los padres permisivos demandan muy poco y les dan a los hijos tanta libertad como sea posible.

Los niños de estos dos tipos de familias son menos motivados a alcanzar sus metas y menos independientes. Los padres que son tiernos y amorosos, pero firmes, ponen razonables límites de guía acerca de lo que esperan de sus hijos. Esto ayuda a los niños a tomar decisiones, resolver

Actividad 2:
Estímulo en la Confianza en Sí Mismos

En la tabla a continuación, marque que tan seguido ve uno de sus hijos participar en las actividades siguientes:

	Pocas veces	Varias veces	Seguido
El o ella demuestra que puede hacer tareas físicas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Participan en actividades al aire libre	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Les gustan juegos activos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ella o él demuestra que puede hacer tareas intelectuales	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Comentan y preguntan en situaciones de grupo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dan sugerencias para terminar proyectos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hablan positivamente de sus amigos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Invitan a otros para jugar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Resuelven problemas con sus amigos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Expresan sus sentimientos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Actúa seguro en lo que ella o él dice o hace	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Persigue lo que ella o él quiere hacer	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

El estímulo constante ayuda a edificar la confianza en sí mismos de los niños en una variedad de actividades como las que mencionamos anteriormente. Liste tres ideas que usted tenga para ayudar a su hijo a edificar la confianza en sí mismo.

Que planea hacer o decir	Quando (fecha)
1.	
2.	
3.	

sus propios problemas, y estar más seguros de sí mismos. Las relaciones de confianza se pueden edificar cuando los niños saben que los padres los valoran y creen en sus habilidades. Y como resultado, los niños tienden a sentirse importantes, capaces, y confiados en sí mismos.

Brinde un ambiente enriquecidamente accesible. Si el hogar está centrado en el niño, puede

darle la oportunidad de usar sus habilidades intelectuales, sociales, y físicas; y de edificar su confianza en sí mismo. Por ejemplo, cuando el material para hacer dibujos se guarda en cajones bajos, los niños pueden tomarlos y usarlos sin preguntar. Esto da a los niños la oportunidad de tener responsabilidad por los materiales y ayudar a guardarlos cuando terminen de usarlos. El

THIS PUBLICATION IS OUT OF DATE. For most current information: http://extension.oregonstate.edu/catalog

mirar los libros y leerlos se puede promover si se tienen disponibles libros favoritos y se arreglan en una área confortable y bien alumbrada.

Una Nota de Alabanza

Los padres bien intencionados pueden estar muy entusiasmados acerca de los logros de sus hijos y repetidamente los alaban por lo bien que se desempeñan. Esto puede resultar en la disminución del sentimiento de confianza en sí mismos de los hijos siendo que dependen de los padres para juzgar sus habilidades.

En vez de alabar a los hijos por lo que han hecho (“¡Buen trabajo!” “¡Buen ayudante!”), traten de reconocer qué están haciendo (“Estás cargando los platos con mucho cuidado al fregadero.” “Recordaste que los cubiertos necesitan enjuagarse antes de lavarse.”) Esto ayuda a los niños a enfocarse en edificar su confianza en lo que están haciendo, en vez de buscar la aprobación y alabanza de lo que han hecho.

Sumario

La confianza en sí mismos es una parte importante para el desarrollo sano de los niños. Los padres pueden ayudar a desarrollar la confianza en sus habilidades por medio de sus experiencias diarias.

Esta publicación ha sido diseñada para ayudarle a:

- Considerar sus actitudes que animan o disminuyen la confianza en sí mismos de los niños.
- Pensar acerca de sus expectativas, prácticas como padres, y el ambiente familiar que puede influenciar la confianza en sí mismos de los niños.

- Observar la confianza en sí mismos de sus niños y las maneras en que usted puede promover este comportamiento.

Para Lectura Más Adelante

Otras Publicaciones en esta Serie

Usted, Su Niño, y la Resolución de Problemas, EC 1451-S, por Sue Doescher y Linda Burt (Universidad del Estado de Oregon, Corvallis, 1995). ??¢

Usted, Su Niño, y la Disciplina Positiva, EC 1452-S, por Sue Doescher y Linda Burt (Universidad del Estado de Oregon, Corvallis, 1995). ??¢

Publicaciones Relacionadas de la Extensión de la OSU

Helping Children Grow: Developing Personal Identity, EC 1293 (Universidad del Estado de Oregon, Corvallis, Re-impresión 1992). Gratis.

Helping Children Grow: Children's Individuality, EC 1298 (Universidad del Estado de Oregon, Corvallis, Re-impresión 1993). Gratis.

Helping Children Grow: Developing Social Skills, EC 1317 (Universi-

dad del Estado de Oregon, Corvallis, Re-impresión 1993). Gratis.

Helping Children Grow: Making Children Feel Loved, EC 1319 (Universidad del Estado de Oregon, Corvallis, Re-impresión 1993). Gratis.

Helping Children Grow: Encouraging Competence, EC 1321 (Universidad del Estado de Oregon, Corvallis, Re-impresión 1993). Gratis.

Vea a su agente de la Extensión de la economía de la casa para publicaciones adicionales y recursos.

Instrucciones para Ordenar

Para ordenar copias de las publicaciones de la Extensión de la OSU, o copias adicionales de esta publicación, mande la cantidad indicada a:

Publications Orders

Agricultural Communications
Oregon State University
Administrative Services A-422
Corvallis, OR 97331-2119
(503) 737-2513
Fax: (503) 737-0817

Puede ordenar hasta seis publicaciones gratis. Si usted ordena siete o más publicaciones gratis, incluya 25 centavos por cada publicación si son más de seis.

Ofrecemos descuentos en órdenes de 100 o más copias de un mismo título. Por favor llame para darles precios.



Servicio de Extensión, Universidad del Estado de Oregon, Corvallis, Lyla Houglum, directora interina. Esta publicación fue producida y distribuida a favor de las Actas del Congreso del 8 de Mayo y el 30 de Junio de 1914. El trabajo de Extensión es un programa de cooperación de la Universidad del Estado de Oregon, el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos y los condados de Oregon. La Universidad Estatal de Oregon ofrece programas educativos, actividades y materiales—sin miramientos a raza, color, religión, sexo, orientación sexual, origen nacional, edad, estado matrimonial, incapacidades, y estado de veterano incapacitado o veterano de la época de Vietnam—como se requiere en el Artículo VI del Acta de Derechos Civiles de 1964, en el Artículo IX de las Enmiendas Educativas de 1972 y en la Sección 504 del Acta de Rehabilitación de 1973. El Servicio de Extensión de la Universidad Estatal de Oregon es una institución que ofrece igualdad de oportunidades.

Traducido por Alma Amiel, Extensión de OSU en el Condado de Yamhill, y Silvia Vázquez-Alloway, educadora hispana en OSU.