

# La confianza en los niños...



Una de las fases más importante del ser humano es la niñez, por eso un individuo necesita tener confianza en sí mismo desde muy pequeño, la confianza es la actitud que reflejamos, bien sea al hacer nuevos amigos en el barrio, llegar a una nueva escuela o al salir a batear por primera vez. Los niños(as) enfrentan muchos retos; claro está que los padres son apoyo fundamental en esta historia ya que son los principales entes en fomentar en sus hijos(as) varios valores, entre estos el de la responsabilidad y la seguridad.

**Confiar en uno mismo, significa creer en la propia persona. Creer es más importante que poder.**

Copyright © 2016. Portal educativo de educapeques

Otro aspecto significativo para ganar confianza es la “Autoestima” que es la opinión o el aprecio más alto o más bajo de lo que somos, con determinados aspectos buenos y malos, y la sensación gratificante de querernos y aceptarnos como somos por nosotros mismos. Es nuestro espejo real, que nos enseña cómo somos, qué habilidades tenemos y cómo nos desarrollamos a través de nuestras experiencias y expectativas.

La confianza en un niño ayuda a tener autoestima sana y esta es la armadura que protegerá a su hijo frente a los desafíos de la vida. Los niños que se sienten bien con ellos mismos son capaces de manejar mejor los conflictos y de resistir a las presiones negativas. Tienden a sonreír con mayor facilidad y a disfrutar de la vida. Estos niños son realistas y, por lo general, optimistas.

Tener confianza en sí mismos(as) se deriva de una sensación de sentirse competente. En otras palabras, los niños(as) no desarrollan confianza en sí mismos(as) porque sus padres les dicen que son geniales, sino en base a sus propios logros y experiencias, especialmente cuando estas son positivas. Pero este tipo de reconocimientos tienen más significado cuando el niño realiza una acción (trabajo bien hecho) que le permite



Cuando creemos en nosotros mismos, no nos rendimos y de esa manera nos preocupamos por buscar alternativas que nos llevan a lograr metas ya que una persona que no confía en sí misma, no estará segura de sus capacidades, y no tendrá la fuerza para continuar y aprender de sus errores. Le resultará más difícil lograr sus metas, aunque tenga altas capacidades, domine habilidades y tenga la preparación adecuada.

## Algunas recomendaciones para mejorar o reforzar la confianza en nuestros niños.

✓ **Ambientes de Amor y tranquilidad:** les hará crecer con seguridad, con alegría y felicidad, lo cual es necesario para que el niño se sienta bien, seguro y con confianza en sí mismo.

✓ **Permítale ser Independiente:** Desde pequeños los niños deben ser tratados como personas



www.shutterstock.com · 116278801

independientes, personas que aunque en principio dependan de sus padres, no son parte de ellos. Los niños deben saber que sus padres están para ayudarles a crecer y a mejorar, y que les darán todo el amor necesario, pero que ellos son personas autónomas y cada uno tiene su función.

✓ **Propia responsabilidad:** igualmente, es necesario que desde bien pequeños los niños tengan responsabilidades propias de acuerdo a su edad: sus tareas de la escuela, actividades extraescolares, mantener su habitación en orden y todo cuanto sea necesario. De esta manera sabrán diferenciar su vida de la de sus padres y

empezarán a adquirir su propia **autonomía**.

✓ **Relacionarse con otros niños:** La socialización permite a los niños y niñas elegir con criterio a sus amigos, crear amistades sanas, vencer la timidez, compartir con los demás, trabajar en equipo y otros beneficios, es otra opción que les ayudará a aumentar la confianza en sí mismos. Crear relaciones y lazos externos a los familiares les ayudará a crecer como personas.

✓ **Tomar decisiones:** Para ayudar a los niños a tener confianza en sí mismos, es necesario que desde pequeños tengan la opción de decidir en algunos aspectos. Es importante que se sientan seguros, útiles y con capacidad para tomar decisiones.

✓ **Pide su opinión en algún asunto.** Presta atención a su consejo y extrae consecuencias de él. Después, manténle al tanto de cómo van las cosas, en qué aplicaste lo que dijo, etc. Será una forma de demostrarle que confías en él.

✓ **Darle importancia a sus conversaciones o temas personales.** observa cuáles son sus intereses y proyectos, de lo que valora por encima de todo. Es importante para poder conversar con él y realizar actividades juntos que consoliden nuestra confianza y amistad.

✓ **Respetar su intimidad.** No intentes sacar a tu hijo sus confidencias a base de interrogatorios.

✓ **Permite a tus hijos conocerte.** Cuenta a tu hijo, de vez en cuando, algo personal acerca de tus ideas, tus proyectos de futuro (profesionales o no), de tus alegrías o tristezas, para lograr intimar con él. Le conocerás y tendrás su confianza cuando él te conozca a ti. <http://educacion.uncomo.com/>

✓ **No critique ni castigue si comete errores:** Errar es de humanos y comprender esto ayudará a nuestros niños a enfrentar las situaciones cuando se equivoque. Podemos hacer un alto, conversar con él o ella para revisar y/o analizar qué fue lo que pasó. Esta es una forma de irlos preparando para

la vida en sí, ya que momentos como estos tendrá bastante. Es importante que desde una edad temprana las personas aceptemos que unas veces ganamos pero otras perdemos ya sea por nosotros mismos o por situaciones que tienen que ver con otros. Lo importantes es seguir adelante y no llenarnos de temor ni buscar culpables.

- ✓ **Reconocimientos/elogios:** nada más reconfortante para un niño como cuando resaltamos tanto en privado como públicamente lo bien que hizo algo y lo orgulloso que nos sentimos por ello.

