

“Porque yo lo valgo”: Autoestima en la infancia



¿Qué es la autoestima? ¿Es importante? ¿Cómo va a repercutir en nuestros hijos? ¿Se puede mejorar? Resolvamos estas dudas para poder ayudar a nuestros hijos y a nosotros mismos.

La autoestima es una capacidad que nos facilita la adaptación, la felicidad, la autonomía y el aprendizaje. Tener una idea **realista** de lo que es el niño y hacerle sentir querido y valioso, la favorece. Por ello, la [actitud de los padres](#) a la hora de educar, debiera ser la de favorecer el aprendizaje. Esto se realiza mejor, con un equilibrio entre aceptación y normas, en un ambiente con límites claros, ofreciendo amabilidad, congruencia, firmeza, respeto y amor.

Escucha y visualiza este vídeo o lee el documento en la Web Familia y Salud: [“Porque yo lo valgo”: Autoestima en la infancia](#).

Autora:

- [Concepción Bonet de Luna](#). Pediatra.
- [Ricardo Recuero Gonzalo](#). Pediatra

Enlaces relacionados en *Familia y Salud*:

- [DECÁLOGO para una INFANCIA FELIZ](#)
- [Salud emocional](#)
- [Escuela de Padres: AFECTIVIDAD](#)
- [La edad de los límites](#)
- [Autoestima en el adolescente](#)

Palabras clave:

[autoestima](#)

[desarrollo](#)

[salud emocional](#)

[familia](#)

Recursos relacionados:

Decálogo para una infancia feliz
