

“Claves para el desarrollo de una autoestima positiva”

Todos y cada uno de nosotros nacimos con la potencialidad necesaria para ser felices. La educación de los hijos es un proceso de aprendizaje de los padres que dura toda la vida, y siempre es posible hacerlo mejor. Una experiencia positiva de maternidad y paternidad implica una mamá y un papá atentos, cercanos, cálidos, calmados y, sobre todo, alentadores del desarrollo de los hijos. Ellos necesitan sentirse valorados, seguros, queridos, para emprender la tarea de su independencia.

Es importante entonces que los hijos reciban de sus padres mensajes que signifiquen una esperanza, la sensación de que son capaces de vivir sin temor, de explorar el mundo con la sensación de contar con nuestro apoyo incondicional y de que ellos significan para sus padres una gran alegría. Que estamos a su lado.

La familia es el lugar donde no sólo se espera recibir alimento, sino protección, cariño, comprensión. Es allí donde vivimos la experiencia de querer y ser queridos por otros. Es el lugar en donde se aprende la incondicionalidad del amor.

Esta es la gran responsabilidad que tenemos los padres: crear el clima adecuado para que nuestros hijos puedan desplegar todas sus potencialidades y de esa manera ser felices. Un clima de confianza, de seguridad, de pertenencia a la familia les permite sentirse reconocidos por lo que son, por sus propios valores.

En un clima de confianza nuestros hijos construyen confianza y desarrollan una sana autoestima.

¿Qué es la autoestima?

“La autoestima es la evaluación positiva de sí mismo, fundada en la conciencia de su propio valor y de su importancia inalienable en su calidad de ser humano. Una persona que se estima se trata con benevolencia y se siente digna de ser amada y de ser feliz. La autoestima está igualmente fundada en el sentimiento de seguridad que da la certeza de poder utilizar su libre albedrío, sus capacidades y sus facultades de aprendizaje para afrontar, de forma responsable y eficaz, los acontecimientos y los desafíos de la vida”

El desarrollo de una autoestima positiva previene desórdenes alimenticios, conductas adictivas y delictivas, dificultades de aprendizaje y posibilita vínculos sanos. Una autoestima positiva nos convierte en adultos capaces de trabajar constructivamente con la libertad necesaria para ser innovadores y constructores de paz.

Está claro que los padres jugamos un papel muy importante en el desarrollo de una sana autoestima.

Con la misma convicción de siempre: “Mejores Padres, mejores hijos, mejores argentinos”

Prof. María Pía del Castillo.
Directora Ejecutiva
Fundación Padres

— **MEJORES PADRES • MEJORES HIJOS • MEJORES ARGENTINOS** —