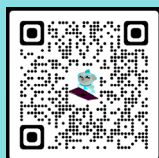


# ¿CÓMO REFORZAR LA CONFIANZA DEL NIÑO?

Inspírate con los consejos de la psicóloga infantil Jarmila Tomkova

- 1. Encuentra tiempo para estar con tus hijos.** Aunque a veces estés ocupado, es esencial que pases tiempo de calidad con tus hijos. Debes encontrar tiempo para prestarles toda tu atención, hablar con ellos y reforzar la relación padre-hijo. Esto hará que los niños se sientan seguros, más confiados y menos propensos a usar la tecnología de forma compulsiva.
- 2. Da responsabilidades a los niños.** Deja que cuiden de una planta o una mascota, que participen en las tareas domésticas, que lleven a sus hermanos pequeños al colegio, en las tareas domésticas, dándoles tareas sencillas y valorando su esfuerzo, puedes ayudarles a adquirir independencia y confianza en sí mismos.
- 3. Anima a los niños en sus actividades.** Déjales que prueben tipos de aficiones y exploren lo que les gusta. Apoya no solo sus éxitos, sino también el esfuerzo que dedican a sus actividades. También puedes fomentar la competitividad de forma sana, pero no comparando las habilidades (o la falta de ellas) de tu hijo con las de otros niños, incluidos sus hermanos.
- 4. No te subestimes.** Los niños tienden a fijarse en las autoridades de su vida e imitan el comportamiento que ven. Si eres tu peor crítica, es posible que tus hijos actúen de la misma manera cuando hablen o piensen sobre sí mismos.
- 5. Enséñales que el éxito requiere determinación.** Todos hemos pasado por eso: un niño empieza una afición y disfruta con ella. Pero luego atraviesan una crisis y quieren dejarlo. Es importante apoyar a los niños y explicarles al mismo tiempo que a veces merece la pena seguir intentándolo. Una vez superados estos momentos, los niños pueden sentirse aún más orgullosos de sí mismos y de sus logros.



¿Cómo navegar en el mundo de forma segura? ¡Mira Hey PUG!, la divertida serie animada de ESET en el canal de YouTube de Safer Kids Online.