

# 12 consejos para criar niños seguros de sí mismos

---

 [childmind.org/article/12-consejos-para-criar-ninos-seguros-de-si-mismos](https://childmind.org/article/12-consejos-para-criar-ninos-seguros-de-si-mismos)

Desde el mismo momento del nacimiento, los niños aprenden nuevas habilidades a una velocidad vertiginosa. Y junto con esas nuevas habilidades, también adquieren la confianza para usarlas.

A medida que crecen los niños, esa confianza puede ser tan importante como las habilidades en sí. Para desarrollarse bien, los niños necesitan confiar en sus propias capacidades mientras que, al mismo tiempo, necesitan saber que pueden manejarlo si no tienen éxito en algo. Al experimentar el dominio y la recuperación del fracaso es que los niños desarrollan una sana confianza en ellos mismos.

Aquí presentamos 12 formas en las que usted puede preparar a los niños para que se sientan capaces y obtengan el máximo provecho de sus habilidades y talentos.

1. **Modele usted mismo la confianza.** ¡Incluso si en realidad no la siente! Ver como usted aborda nuevas tareas con optimismo y mucha preparación, da un buen ejemplo a los niños. Eso no significa que usted debe pretender ser perfecto. Reconozca la ansiedad que siente, pero no se concentre en ella concéntrese en las cosas positivas que está haciendo para prepararse.
2. **No se moleste por los errores. Ayude a los niños a ver que todos cometemos errores y que lo importante es aprender de ellos, no hacer hincapié en ellos.** Las personas seguras no dejan que el temor al fracaso se interponga en su camino —no porque estén seguros de que nunca fallarán, sino porque saben cómo tomarse los contratiempos con calma.
3. **Anímelos a probar cosas nuevas. En vez de concentrar toda la energía en lo que ellos se destacan, es bueno que los niños se diversifiquen.** Alcanzar nuevas habilidades hace que los niños se sientan capaces y confiados en que pueden abordar cualquier cosa que se ponga en su camino.
4. **Permita que los niños fracasen.** Es natural querer proteger a su hijo del fracaso, pero los niños aprenden por ensayo y error, y no alcanzar una meta ayuda a los niños a darse cuenta de que no es fatal. Eso también puede estimular a los niños a que hagan un mayor esfuerzo, lo cual les servirá bien como adultos.
5. **Elogie la perseverancia.** Aprender a no abandonar con la primera frustración o echarse para atrás después de un contratiempo es una habilidad importante en la vida. La confianza no tiene que ver con tener éxito en todo, todo el tiempo, sino que tiene que ver con ser lo suficientemente flexible para seguir intentando, y no angustiarse si no es el mejor.
6. **Ayude a los niños a buscar su pasión.** Explorar sus propios intereses puede ayudar a los niños a desarrollar un sentido de identidad, lo cual es esencial para desarrollar la

confianza. Por supuesto, ver cómo crecen sus talentos también le dará un gran impulso a su autoestima.

7. **Establezca metas.** Estructurar metas, grandes y pequeñas, y lograrlas hace que los niños se sientan fuertes. Ayude a su hijo a convertir los deseos y los sueños en metas que puedan ponerse en práctica animándolo a hacer una lista de cosas que le gustaría lograr. Luego, practique dividir las metas a más largo plazo en puntos de referencia realistas. Estará validando los intereses de su hijo y le ayudará a aprender las habilidades que necesita para alcanzar sus metas a lo largo de la vida.
8. **Celebre el esfuerzo.** Es excelente elogiar a los niños por sus logros, pero también es importante dejarles saber que usted se enorgullece de sus esfuerzos independientemente del resultado. Se requiere de trabajo duro para desarrollar nuevas habilidades y los resultados no siempre son inmediatos. Deje que los niños sepan que usted valora su trabajo, bien si son niños pequeños construyendo con bloques o adolescentes auto enseñándose a tocar la guitarra.
9. **Espere que ellos colaboren.** Ellos podrían quejarse, pero los niños se sienten más conectados y valorados cuando se les toma en cuenta para hacer trabajos apropiados para su edad, desde recoger los juguetes a lavar los platos, a recoger a los hermanos más pequeños de una cita para jugar. Las tareas y actividades después del colegio son excelentes, pero ser necesitado por su familia es invaluable.
10. **Acepte la imperfección.** Como adultos, sabemos que la perfección es irreal, y es importante que los niños reciban el mensaje lo más pronto posible. Ayude a los niños a ver que, bien en la televisión, en una revista, o en la transmisión de medios sociales de un amigo, la idea de que otros siempre están felices, son exitosos y están vestidos perfectamente, es una fantasía y es destructivo. En cambio, recuérdelos que ser menos que perfecto es humano y está absolutamente bien.
11. **Prepárelos para el éxito.** Los retos son buenos para los niños, pero también deben tener oportunidades donde puedan estar seguros de encontrar el éxito. Ayude a su niño a involucrarse en actividades que le hagan sentir cómodo y lo suficientemente confiado para abordar un reto mayor.
12. **Muestre su amor.** Deje que su niño sepa que usted lo ama sin importar lo que pase. Gane o pierda el gran juego, tenga calificaciones buenas o malas. Incluso cuando está bravo con él. Asegurarse que su hijo sepa que usted piensa que él es grandioso —y no solo cuando hace cosas grandiosas— le ayudará a ver cuánto vale incluso cuando no se sienta bien con sí mismo.