

## **Ayudar a desarrollar la autoconfianza**

Piense en los ejemplos del módulo que aparecen a continuación. ¿Ve estos ejemplos en sus hijos? ¿Hay otros momentos en los que puede ayudar a desarrollar la autoconfianza de sus hijos? Añada ejemplos adicionales debajo de cada sección.

### **ENFOCAR LA ATENCIÓN**

**Ejemplo:** Completar las tareas que comienza

**Cómo puede apoyar a su hijo/a:** Dé instrucciones de dos y tres pasos: “Luego de comer, saca la basura y luego da de comer a los perros”.

**Ejemplo:** Escuchar y completar instrucciones

**Cómo puede apoyar a su hijo/a:** Repita las instrucciones o pida al niño que repita lo que usted dijo: “Ayuda a tu hermano con sus deberes, luego lava los platos. ¿Puedes repetir lo que acabo de decir?”

**Ejemplo:**

**Cómo puede apoyar a su hijo/a:**

## SERIE DE MÓDULOS SOBRE LA PARTICIPACIÓN DE PADRES

### Módulo 3: Aumentar la autoconfianza de los niños fijando objetivos y una actitud de crecimiento

#### **MEMORIA**

**Ejemplo:** Recordar llevar un almuerzo a la escuela

**Cómo puede apoyar a su hijo/a:** Recuerde a su hijo/a antes de ir a la cama y al despertar. Deje una nota a modo de recordatorio en la mesa.

**Ejemplo:** Recordar que un padre firme una autorización

**Cómo puede apoyar a su hijo/a:** Pregunte a su hijo/a sobre su día: “¿Hay algo que debas hacer para la escuela mañana?”

**Ejemplo:**

**Cómo puede apoyar a su hijo/a:**

## **AUTOCONTROL O AUTORREGULACIÓN**

**Ejemplo:** Sentarse quieto/a en un restaurante

**Cómo puede apoyar a su hijo/a:** Hable con su hijo/a antes de salir y comunicarle lo que espera que haga. Puede decirle que traiga un libro para leer o un pequeño juguete para jugar y mantenerlo ocupado.

**Ejemplo:** Se enoja cuando le dicen que deje de ver televisión o de jugar un videojuego

**Cómo puede apoyar a su hijo/a:**

Establezca reglas para ver televisión durante la semana y los fines de semana y hágalas cumplir: “Puedes jugar con tu juego una vez que hayas hecho tus deberes y una vez que los platos estén lavados luego de la cena”.

“Estás muy enojado/a. Quizás quieras estar solo un momento. Puedes sentarte en el sofá hasta que te sientas mejor”.

**Ejemplo:**

**Cómo puede apoyar a su hijo/a:**