

A Positive Self-Concept

Your Child Takes It Everywhere!

☺ *Children depend on their parents for signals about how they should feel about themselves.*

☺ *It's important for parents to discover their children's positive qualities and find ways to make them feel important.*

☺ *The way children feel about themselves is reflected in their interactions with others.*

Parent Tips

- Give one compliment a day. Comment each day on something your child has done well. Be specific and sincere. "You did such a good job picking up your toys." "You really helped out when you put away the groceries."
- Listen attentively. Children can tell when your thoughts are elsewhere when they're talking to you. Show you're really listening by bending down to their level and making eye contact. Allow time for children to complete thoughts without interrupting or finishing their sentences.
- Spend time together. Give your child undivided attention each day, even for just a few minutes. It doesn't have to be elaborate – reading together, having a snack together, or drawing a picture together are great ways to show your child you care.
- Set your child up for success. Focus on your child's strengths. Let even the young ones pitch in with household chores like sorting laundry, setting the table, and picking up dirty clothes. Appreciate the effort rather than expecting perfect results.
- Try another one-a-day: a hug. Nothing registers as deeply as a pat on the back, a squeeze, or a cuddle



Make an "I Can" Can

Cover an empty can with contact paper. Label it your child's (use his/her name) "I Can" can. Whenever he/she learns a new skill (anything – learning letters, skipping, setting the table), write it on a piece of paper and stuff it in the can. Review the contents periodically with your child and watch the feelings of self-worth soar!

that says, "I'm glad to be with you."

- Encourage attempts to try new things. It's the attempt to move forward that's important, not success or failure. When your child doesn't succeed right away, let him/her know that everyone-including you-makes mistakes and that you're proud of him/her for trying.



Un Concepto Positivo de si Mismo

¡Su Hijo Lo Lleva A Todas Partes!

☺ *Los niños dependen de su padres para recibir señales de como deben sentirse sobre ellos mismos.*

☺ *Es importante que los padres descubran las cualidades positivas de sus hijos y que busquen maneras de hacerles sentir importantes.*

☺ *Como los niños se sienten sobre si mismos, se refleja en la interacción con otras personas.*

Pistas para los Padres

- Hágle un cumplido diario sobre algo que su hijo haya hecho bien. Sea específico y sincero: “Recogiste los juguetes muy bien.” “Me ayudaste muchísimo a guardar la compra del día.”
- Escúcheles atentamente porque sus hijos se pueden dar cuenta de que usted está pensando en otra cosa mientras le están hablando. Agáchese a su nivel y mírele a los ojos para demostrarle que está verdaderamente escuchándole. Dele tiempo para que termine sus pensamientos sin usted interrumpirle o completar sus frases.
- Pasen tiempo juntos y préstele a su hijo atención individualizada todos los días, incluso si es solo un minutos. No tiene que ser elaborado: leer juntos, tomarse un snack juntos o incluso hacer un dibujo juntos es una manera estupenda de demostrarle a su hijo que le importa.
- Prepara a su hijo para el éxito y concéntrese en sus fortalezas. Deje que los más pequeños ayuden con las tareas de la casa, como ordenar la colada, poner la mesa y recoger la ropa sucia. Aprecie los esfuerzos en vez de esperar resultados perfectos.



Haga una lata “Yo Puedo”

Cubra una lata vacía (que será la lata “Yo Puedo”) con papel de pegar y póngale el nombre de su hijo. Siempre que él/ella aprenda algo nuevo (cualquier cosa, como leer letras, saltar a la cuerda, poner la mesa), escríbalo en un papelito y métalo en la lata. Revise el contenido de la lata periódicamente y observe el aumento de satisfacción personal!

- Intente otro “uno al día”: un abrazo. Nada llega tan profundo como una palmadita en la espalda, un apretón o un abrazo que diga: “Estoy contento de estar contigo.”
- Anime a su hijo a que intente nuevas cosas. Lo que es importante es intentar seguir para adelante y no el éxito o los errores. Cuando su hijo no tenga éxito inmediatamente, déjele saber que todo el mundo, incluido usted, comete errores y que está orgulloso de él/ella por intentarlo.

