

# **COMPONENTES DE LA AUTOESTIMA**

U

## **Sé quien soy**

Escuchar al niño/a,  
preguntarle por sus cosas.  
Planear actividades que  
tengan en cuenta sus  
intereses.



## **Sé que me siento seguro**

Uso de lenguaje positivo,  
refuerzos y ambiente  
agradable y divertido.  
Crear rutinas.

## **Sé que soy capaz**

Proponer actividades adecuadas  
al nivel lingüístico y madurativo.  
Tareas que contemplen diferentes  
niveles de dificultad y habilidad.



## **Sé lo que quiero lograr**

Mostrar modelos de lo que  
queremos conseguir. Hacer  
tareas con resultados  
tangibles.

## **Sé que los demás me aceptan**

Actividades en grupo: cantar  
tod@s una canción. Repartir  
responsabilidades entre  
tod@s y alternarlas.



Humamente.org.mx. Componentes de la autoestima según Robert Reasoner (1980)  
<https://humamente.org.mx/componentes-de-la-autoestima-seg%C3%BAn-robert-reasoner>