

Estrategias para mejorar la autoestima en el aula

UNIR (2020). La autoestima en el aula: la importancia correcta de su desarrollo.
<https://www.unir.net/educacion/revista/autoestima-en-el-aula/>

1



Utiliza frases motivadoras

Es clave “regalar” muestras de aprecio y elogiar cuando sea necesario. Esto no quiere decir que en el caso de que se produzcan errores no se haga crítica: se puede hacer, pero siempre de forma constructiva y centrándose en el error, no en el niñ@.

2

Cree en tus alumn@s

Si ellos perciben esto, serán también capaces de creer en ellos mismos. Por el contrario, si se ponen etiquetas, acabarán dudando de sus propias capacidades.

3

Autoconocimiento

Trabajar con tus alumn@s la necesidad de conocerse bien a sí mismos permitirá conocer sus puntos negativos y positivos y, por tanto, potenciará los buenos e intentará mejorar los malos.



5

Reinventa el concepto error

Hacerles ver que un error no es más que una oportunidad de seguir aprendiendo. Los alumn@s deben tener el espíritu de superación de la frustración, es decir, ser capaces de perder el miedo al fracaso, de asumir que no todo sale bien a la primera, de aprender a enfrentarse a cosas nuevas.

4

Pon retos

Los alumn@s sentirán que son capaces de realizar diferentes actividades y cumplir los objetivos. Hay que calibrar bien qué retos ponemos: deben ser adecuados para su edad y calcular su nivel de frustración.

6

Evita las etiquetas

Cuando los alumn@s haga algo incorrecto, centraremos la atención en el hecho, nunca en la persona.

7

Comunicación con la familia

La autoestima de los alumn@s deben fomentarse tanto en casa como en la escuela. Habla de estos temas con las familias.

