

Box Out Bullying Presenta:

ACCIONES QUE AYUDAN A LOS NIÑOS A DESARROLLAR UNA AUTOESTIMA SALUDABLE

Procura que tu hijo sobresalga en alguna actividad.

Pertenecer a un equipo a través del deporte, el arte, la música o el teatro ayuda a los niños a ganar confianza y aumenta sus habilidades sociales. ¡También anime a sus hijos a salir de su zona de confort y tomar riesgos!

Ayude a su hijo a establecer metas y alcanzarlas.

Acepte los errores como parte de la vida y anime a sus hijos a ser responsables reparando los errores.

Modela cómo mostrar respeto por sí mismos y por los demás.

Enseñe mostrándole a su hijo la alegría de los actos aleatorios de bondad y servicio. Modele cuán importante es cumplir con los compromisos. Dele a su hijo amplias oportunidades para que lo vea amar y dar a los demás.

Déjalos crecer enfrentando obstáculos.

Los obstáculos son los mejores constructores de autoestima. Un individuo que ha superado la adversidad por su cuenta no puede evitar aprender el verdadero significado de la autoestima. Siempre puedes vigilarlos de cerca y saltar si las cosas se salen de control.

Descubra los intereses de su hijo y haga que aprenda una nueva habilidad.

Y pídale a su hijo que le enseñe algo a usted o a un miembro de la familia.

El ejercicio regular es esencial.

Cuando los niños se sientan tristes o deprimidos, enséñeles a hacer algo que los ayude a sentirse mejor, por ejemplo, ayudar a alguien más, salir a caminar o tener un momento de tranquilidad.

¿QUE ESTAS ESPERANDO? ¡CONÉCTATE CON TUS HIJOS HOY!

boxoutbullying.com | 1-866-242-6185 | info@boxoutbullying.com | [@boxoutbullying](https://www.instagram.com/boxoutbullying)