

# Índice

<b>PRÓLOGO</b> de Sonsoles Perpiñán Guerras .....	7
<b>INTRODUCCIÓN: ¿POR QUÉ ESTE LIBRO?</b> .....	11
<b>1. EL MUNDO ACTUAL</b> .....	13
<b>2. COMENZAR POR UNO MISMO</b> .....	17
<b>3. AUTOCONCEPTO</b> .....	21
<b>4. AUTOESTIMA</b> .....	25
<b>5. CADA NIÑO ES DISTINTO, CADA ETAPA ES DISTINTA</b> .....	29
<b>6. ALGUNOS MITOS SOBRE EL DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA</b> .....	31
<b>7. ALERTAS ANTE POSIBLES PROBLEMAS DE AUTOESTIMA</b> ....	41
<b>8. HERRAMIENTAS PARA IDENTIFICAR POSIBLES PROBLEMAS</b> ...	51
Observar y registrar las conductas, actitudes y actividades de nuestros hijos o alumnos.	
<b>9. ERRORES QUE DEBEMOS EVITAR</b> .....	55
Criticar permanentemente. Ridiculizar, burlar o usar sarcasmos. Comparar al niño con otros. Sobreproteger. Exigir demasiado. Etiquetar.	

<b>10. ORIENTACIONES PARA EL DESARROLLO DE UNA SANA AUTOESTIMA</b> .....	65
Crear un ambiente de amor y aceptación. Ofrecer modelos adecuados de comportamiento. Ayudar al niño a ser autónomo. Reconocer sus cualidades y celebrar sus logros. Fomentar la comunicación. Respetar sus ideas y opiniones. Asignar responsabilidades y dar oportunidades de ayudar. Corregir conductas inapropiadas. Ayudar al niño a aceptar las consecuencias de sus actos. Promover la creatividad. Exigir que termine las tareas. Ser amables. Compartir con los niños. Enseñar estrategias apropiadas para enfrentar situaciones difíciles. Fomentar las actividades sociales. Fomentar la responsabilidad y no la culpa. Evitar transmitir sentimientos de lástima o pena.	
<b>11. TACTO PEDAGÓGICO PARA EL DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA</b> .....	87
El afecto. La confianza. La seguridad. El respeto.	
<b>12. AUTOESTIMA Y APRENDIZAJE EN LA ESCUELA</b> .....	93
<b>13. CONCLUSIÓN Y REFLEXIONES FINALES</b> .....	97
<b>BIBLIOGRAFÍA</b> .....	101