

Extraído de @El Aula: un remanso de paz@

<http://www.remansodepaz.es/spip>

EL AULA:REMANSO DE PAZ

18- Potenciación de la Autoestima

- EL AULA:REMANSO de PAZ - El Aula: Remanso de Paz -



Fecha de publicación : Lunes 19 de octubre de 2009

Description :

¿Sentirse mejor es importante?

¿Sentirse bien con uno mismo ayuda al estudio?

¿Qué podemos hacer en ese sentido?

@El Aula: un remanso de paz@

AUTOESTIMA

POTENCIACIÓN DE LA AUTOESTIMA.

Con la ayuda de distintas experiencias he querido:

- ▶ 1. **Fortalecer la voluntad.**
- ▶ 2. **Acrecentar la seguridad en uno mismo.**
- ▶ 3. **Fomentar el valor del altruismo.**
- ▶ 4. **Potenciar la sociabilidad.**
- ▶ 5. **Aumentar su espíritu de superación.**
- ▶ 6. **Concienciarlos de su responsabilidad.**

Desgranemos una a una dichas experiencias.

Fortalecimiento de la voluntad.

Mucho de su futuro como estudiante, está en el fortalecimiento de la voluntad desde pequeño.

- ▶ Con estribillos cancioneros al llegar tarde a clase, como:
*Si quieres ser de mayor
persona siempre puntual,
ya ves que desde pequeño
te tienes que acostumbrar.*
- ▶ **Si cuando** suena el despertador, no saltas de la cama al primer timbrado, sino que discutes contigo mismo la posibilidad de echar una cabezada más, antes de ponerte en camino al I.E.S. o Universidad o Escuela.
- ▶ **Si cuando** dejas para mañana las tareas que te han mandado, o piensas que ya tendrás tiempo en julio y agosto para realizar los ejercicios de matemáticas que te han mandado para recuperación.
- ▶ **Si no planificas** y te fijas **férrea disciplina** de la voluntad, acabarás estudiando la noche antes del examen, o tirándote de los pelos porque aquél elemento que precisas (formato A3, pintura plástica, pincel, compás... etc.) no lo has podido conseguir.
- ▶ **Para conseguir el fortalecimiento de la voluntad nos trazamos metas, máximas sencillas de cumplir en cualquier materia transversal.**
- ▶ Originalmente el niño, vive enclaustrado en su **YO**. No quiere servir ni darse; es egoísta, egocéntrico, es subjetivo.
La evolución normal o la educación, le llevará hacia los valores objetivos y sociales, a conocerlos y realizarlos,

haciéndolos su norma de acción.

- ▶ De su aislamiento social tenderá hacia quien le ofrece su apoyo; **querrá convertirse en miembro útil y operante de la comunidad**. Tanto más se perfeccionará cuanto más se olvide de sí mismo en bien de los demás o de un ideal.



autoestima

Memoria, entendimiento o músculo que no se ejercitan, se atrofian.

Profesional que renuncia a perfeccionar sus conocimientos se desvirtúa y se desacredita.

Sociedades embriagadas por su propio progreso se derrumban.

Al Imperio Romano le vencieron, más que los bárbaros, el estancamiento en su progreso, y sus vicios.

¿Cómo vamos a tratar desde la escuela parcelas de una Escuela de la Salud contra la droga, la dependencia del tabaco, la abulimia... etc. si no fortificamos su voluntad para que no caiga ante la presión del grupo en el consumo de hachís, la compra del tabaco anunciado en TV, o la delgadez de la idolatrada modelo de fama?.

- ▶ Si no fortalecemos su voluntad, no podremos extrañarnos si de mayor es un adicto a consumir marcas (nais, lacoste, adidas, benetton... etc.)
- ▶ **Si no fortalecemos su voluntad quedará sumido en la mas-media , sin poder de razonar por sí mismo.** Cuando esté en el Instituto (Secundaria) habrá algún compañero que le pondrá un cigarrillo en la boca. Habrá que dotar a nuestros alumnos con las respuestas adecuadas:
 - ▶ *No comprendo como siendo tú inteligente, te expones a morir de cancer.*
 - Yo no quiero fumar, pero me asombras que tú lo hagas....
 - ...etc
- ▶ Si nuestros alumnos son firmes y responden de esta forma, **no caerán en la presión del grupo**
- ▶ Pero no me adelantaré... en el próximo artículo te contaré cómo podemos educar su "**voluntad**"

Continuará