



COLEGIO SALVADOREÑO INGLÉS

VISIÓN.

Proporcionar un proceso de formación permanente fundamentado en la concepción integral de la persona humana, basado en la moral, el conocimiento y la disciplina.

MISION.

Sistematizar los conocimientos multilingües que contribuyan a un aprendizaje significativo y desarrollar al máximo el potencial físico, intelectual y los valores rectores de la conducta humana.

FOMENTANDO LA AUTOESTIMA Y EL AUTOCUIDADO EN LOS NIÑOS

Diversos estudios en psicología infantil han demostrado que el autocuidado influye directamente en el desarrollo de la autoestima.

Según la **Teoría del Autoconcepto** de Carl Rogers, los niños construyen su identidad y valor personal a partir de sus experiencias y del reconocimiento de su entorno. Cuando un niño adquiere hábitos de higiene, alimentación saludable y bienestar emocional, refuerza su sentido de competencia y autonomía, lo que fortalece su autoestima.

Además, investigaciones en neurociencia han demostrado que las rutinas de autocuidado estimulan la corteza prefrontal, la región del cerebro encargada de la toma de decisiones y la autorregulación, habilidades esenciales para el desarrollo socioemocional.



EJES TRANSVERSALES DE VALORES

Contenido

- ❖ Ubicación temática..... 1
- ❖ Fundamentos..... 2
- ❖ ¿Cómo responden los niños a la autoestima y el autocuido?..... 3
- ❖ ¿Sabías que?..... 4

EDUCACION PREVENTIVA INTEGRAL



FUNDAMENTOS

La **autoestima**, es la percepción que un niño tiene de sí mismo y de su propio valor. Se construye a partir de sus experiencias, el reconocimiento de los adultos y la forma en que enfrenta los desafíos; el **autocuidado** abarca todas las acciones que un niño realiza para su bienestar, como la higiene personal, la alimentación, el descanso y la gestión emocional.

Estas acciones no solo influyen en su salud, sino también en su autoconfianza y autonomía. La teoría del aprendizaje social de Albert Bandura sugiere que los niños aprenden estos hábitos observando e imitando a los adultos significativos en sus vidas.



El equilibrio entre autoestima y autocuidado se logra a través de la crianza afectuosa, el refuerzo positivo y la enseñanza progresiva de la independencia. Es fundamental que los adultos brinden apoyo y modelen hábitos saludables para que los niños los incorporen de manera natural y positiva.

“El autocuidado es importante porque es parte de la construcción de la autoestima basada en el autoconocimiento”, Raquel Ardila Gallo, psicóloga USB.



- + Mayor confianza en sí mismo.
- + Independencia y autonomía.
- + autorregulación emocional.
- + interacción positiva con los demás.
- + interés por su bienestar.

Beneficios de la autoestima y el autocuidado en los niños:

- ✓ Mayor seguridad y confianza en sí mismos.
- ✓ Desarrollo de autonomía e independencia.
- ✓ Mejor regulación emocional y capacidad de afrontar desafíos.
- ✓ Adquisición de hábitos saludables que perduran en la vida adulta.



- ◆ Estudios en psicología infantil indican que los niños que practican el autocuidado desde pequeños desarrollan mayor autoestima y autonomía en la adolescencia.
- ◆ El refuerzo positivo y el ejemplo de los adultos son clave para que los niños adopten hábitos saludables.
- ◆ La autoestima no se basa solo en elogios, sino en permitir que los niños enfrenten desafíos y aprendan de sus experiencias.

Puedes revisar los siguientes links si deseas obtener más

información:

- ♥ https://www.verywellmind.com/what-is-self-concept-2795865?utm_source=chatgpt.com
- ♥ <https://gabinetsicologicmataro.com/el-autoconcepto/>
- ♥ <https://cambridgecali.edu.co/blog/auto-cuidado>

Programa de valores, elaborado por:

Licda. Evelyn Anaya.

Revisión técnica:

Licda. Concepción Paz de Arias,

Dr. José Mario Arias,

Equipo Técnico.

Contenido de boletín de valores para

Infants y Juniors :

Licda. Andrea Quintanilla.

Síguenos en:



PBX: 2263-7586

www.csi-elsalvador.co.uk