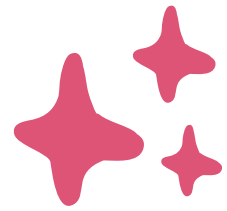




COLEGIO SAN FRANCISCO
Fundación EducAtodos

“AUTOESTIMA Y MOTIVACIÓN ACADÉMICA”





"REFLEXIONES SOBRE EL APRENDIZAJE DE NUESTROS HIJOS"



Para iniciar reflexionaremos en torno a las siguientes preguntas:

- ¿Qué significa para usted que su hijo tenga "éxito" en la escuela?
- Mencione un momento en el que su hijo o hija se sintió muy orgulloso de algo que aprendió o hizo en la escuela. ¿Qué cree que lo motivó a sentirse así?
- ¿Qué frase le diría a su hijo cuando se equivoca o le va mal en una prueba? ¿Por qué esa frase?





AUTOESTIMA Y SU IMPORTANCIA.

La autoestima es la valoración que una persona tiene de sí misma. No se trata de ser arrogante o creerse mejor que los demás, sino de tener un sentimiento de valía personal.



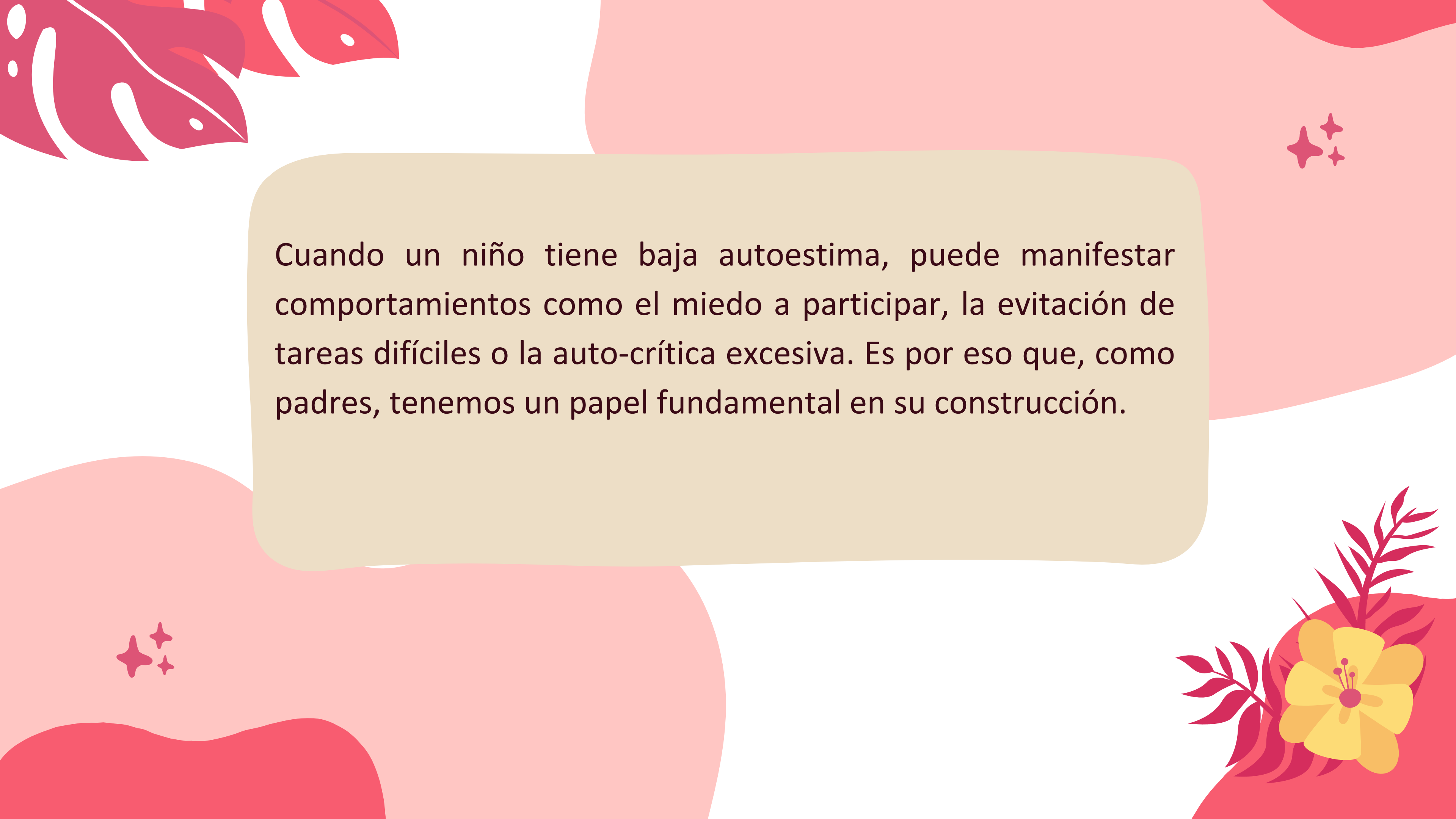
EN EL ÁMBITO ESCOLAR, UNA ALTA AUTOESTIMA PERMITE A LOS ESTUDIANTES:

Creer en sus capacidades:
Confían en que pueden superar las dificultades y alcanzar sus metas.



Asumir riesgos: Se atreven a participar en clase, hacer preguntas y enfrentar nuevos desafíos sin miedo al fracaso.

Afrontar la frustración: Ven los errores no como un fracaso definitivo, sino como una oportunidad para aprender y mejorar.



Cuando un niño tiene baja autoestima, puede manifestar comportamientos como el miedo a participar, la evitación de tareas difíciles o la auto-crítica excesiva. Es por eso que, como padres, tenemos un papel fundamental en su construcción.

MOTIVACIÓN ACADÉMICA: EL MOTOR DEL APRENDIZAJE

La motivación académica es el impulso que lleva a los estudiantes a dedicarse a sus estudios. Existen dos tipos principales de motivación:



TIPOS DE MOTIVACIÓN

Motivación Intrínseca: Es el deseo de aprender por el simple gusto de hacerlo. El niño disfruta el proceso, siente curiosidad por el tema y se esfuerza por el placer de dominarlo. Por ejemplo, un niño que lee libros de historia porque le apasiona, no por una calificación.

Motivación Extrínseca: Proviene de factores externos. El estudiante se esfuerza por obtener una recompensa (buenas notas, elogios, premios) o para evitar un castigo. Aunque útil, la motivación extrínseca es menos sostenible a largo plazo.



POR LO TANTO...

La meta es fomentar la motivación intrínseca. Para ello, debemos conectar lo que los niños aprenden con sus intereses y con el mundo real



AUTOESTIMA Y MOTIVACIÓN: UNA ✦ RELACIÓN DE CAUSA Y EFECTO ✦

La relación entre ambos conceptos es cíclica y poderosa. Una alta autoestima alimenta la motivación, porque si un niño cree que puede hacer algo, estará más dispuesto a intentarlo. A su vez, el éxito académico que proviene de la motivación refuerza la autoestima. Es un círculo virtuoso.

Por el contrario, la falta de autoestima puede llevar a una baja motivación, ya que el niño puede pensar: "No importa cuánto me esfuerce, no lo lograré". Esto lo lleva a evitar el esfuerzo, lo que genera resultados deficientes, confirmando su creencia inicial y debilitando aún más su autoestima.

ESTRATEGIAS PRÁCTICAS PARA FORTALECER

LA AUTOESTIMA Y LA MOTIVACIÓN

En Casa:

- Celebren el esfuerzo, no solo el resultado: Elogien a sus hijos por su perseverancia, dedicación y el tiempo que le dedican a una tarea, más allá de la calificación final.
- Fomenten la autonomía: Permitan que tomen decisiones sobre sus estudios (ej. el orden en que harán la tarea) y que asuman responsabilidades acordes a su edad. Esto les da un sentido de control y competencia.
- Creen un ambiente de aprendizaje positivo: Hagan preguntas abiertas, discutan sobre lo que aprenden y muestren su propio interés por el conocimiento. La curiosidad es contagiosa.
- Normalicen el fracaso: Explíquenles que cometer errores es parte del aprendizaje. Cuenten sus propias anécdotas de cuando se equivocaron y cómo lo superaron.

ESTRATEGIAS PRÁCTICAS PARA FORTALECER LA AUTOESTIMA Y LA MOTIVACIÓN

En Colaboración con la Escuela:

- Mantengan una comunicación fluida con los profesores: Pregunten sobre los avances y dificultades de sus hijos. Trabajen juntos para encontrar estrategias de apoyo.
- Participen en las actividades escolares: Esto demuestra a sus hijos que valoran su educación y el entorno en el que se desarrollan.
- Conozcan a sus amigos: El entorno social de un niño influye significativamente en su autoestima y actitud hacia el estudio.

“UN PEQUEÑO PASO PARA UN GRAN CAMBIO”



Instrucciones: Hemos hablado sobre cómo apoyar a nuestros hijos. Ahora, les pedimos que tomen un momento para pensar en un pequeño cambio que pueden hacer en casa.

1. Piensen en un desafío: ¿Qué situación les gustaría mejorar con su hijo/a? (Ejemplo: la tarea, los exámenes, la frustración).
2. Elijan un compromiso: De las ideas que discutimos, elijan solo una que quieran poner en práctica esta semana.
3. Ejemplo: "Cuando mi hijo se equivoque, en vez de corregirlo, le preguntaré: ¿Qué aprendiste de ese error?"
4. Anótenlo: Escriban su compromiso en una nota adhesiva o en su teléfono. Al final, compartan su idea con la persona que está a su lado.





MUCHAS GRACIAS

