

## Autoestima

Señales de alta autoestima

“Se me da bien...”

“Soy capaz de hacerlo”

“Lo puedo conseguir”

“Mi opinión es igual de importante que la de los demás”

“Si me sale mal, lo vuelvo a intentar”

Señales de baja autoestima

“Soy un pesado”

“No puedo hacer las cosas tan bien como los otros”

“No soy capaz”

“Nunca dibujo nada bonito”

“Los demás nunca quieren jugar conmigo”

“Seguro que me sale mal”

### Si además tu hijo/a...

Evita situaciones que le provocan ansiedad

Presenta un excesivo temor a equivocarse

Muestra una actitud desafiante y agresiva

Se muestra tímido y poco sociable

**os invitamos a trabajarlo y resolverlo con nosotros.**

*“Entiende lo que piensas, sientes y haces”*