**PROGRAMA DE ORIENTACION DE URBANDALE**



**Expectativas de 3er Grado para el Desarrollo de Habilidades Intrapersonales**

**Los estudiantes conocerán las funciones que desempeñan en sus vidas para mejorar su autoestima. (hija / hijo, estudiante, amigo, compañero de equipo)**

**Los alumnos sabrán como establecer metas personales para mejorar su autoestima**

**Lo que puede hacer en casa para ayudar a su hijo**

• Pídale a su hijo(a) que haga una lista de cinco de sus fortalezas personales.

• Al tener responsabilidades se incrementa el sentido de madurez. Dele a su hijo la oportunidad de demostrar su responsabilidad.

• Fomente el diálogo interno positivo (puedo trabajar duro, tengo amigos que se preocupan por mí, yo soy amable, soy especial).

• Establecer metas y trabajar para lograrlas tendrá efecto muy positivo en su autoestima

1. Pregúntele a su hijo: “¿Que te gustaría mejorar o en que te gustaría improvisar?
2. Ayude a su hijo a fijarse una meta y enliste los pasos a seguir que le ayuden a lograrla. Escríbala en una hoja y colóquela en un lugar en el que la puedan ver a diario
3. Revise diariamente la meta con su hijo para monitorear su progreso. Si su hijo no ha progresado, discuta los obstáculos que ha encontrado en su camino y como pueden avanzar a través de ellos.
4. Anime a su hijo a pensar positivo y a continuar trabajando hacia el logro de la meta.

**Contacte al Consejero de su escuela para que le de mas ideas**