**Componente cognitivo:** Formado por el conjunto de conocimientos sobre uno mismo. Representación que cada uno se forma acerca de su propia persona, y que varía con la madurez psicológica y con la capacidad cognitiva del sujeto. Por tanto, indica ideas, opiniones, creencias, percepción y procesamiento de la información.

**Componente afectivo:** Sentimiento de valor que nos atribuimos y grado en que nos aceptamos. Puede tener un matiz positivo o negativo según nuestra autoestima: “Hay muchas cosas de mí que me gustan” o “no hago nada bien, soy un inútil”. Lleva consigo la valoración de nosotros mismos, de lo que existe de positivo y de aquellas características negativas que poseemos. Implica un sentimiento de lo favorable o desfavorable, de lo agradable o desagradable que vemos en nosotros.

**Componente conductual**: Relacionado con tensión, intención y decisión de actuar, de llevar a la práctica un proceso de manera coherente. Es la autoafirmación dirigida hacia el propio yo y en busca de consideración y reconocimiento por parte de los demás. Constituye el esfuerzo por alcanzar el respeto ante los demás y ante nosotros mismos.

**Componentes de la autoestima**

La autoestima puede disminuir o aumentar debido a múltiples sucesos relacionados con la familia, la escuela, la comunidad y el universo, y en dependencia de la sensibilidad del sujeto.

Los niños genuinamente son muy susceptibles y muchos a diario son afectados por los pequeños sucesos que ocurren en las aulas o escuelas. Los fracasos, las experiencias negativas y el miedo pueden bajar la autoestima, mientras que los éxitos, las buenas relaciones y el amor pueden aumentarla.

Las causas que bajan la autoestima son múltiples: el miedo, la tensión, los fracasos, las enfermedades, la angustia, la ansiedad, las neurosis, la gordura, el incumplimiento de las metas, y las adicciones, entre otras.

**Causas y efetos de la autoestima**

**Conceptos de autoestima**

C. Rogers (1967) define la autoestima como “un conjunto organizado y cambiante de percepciones que se refiere al sujeto”, y señala que es “lo que el sujeto reconoce como descriptivo de sí y que él percibe como datos de identidad”. Desde el punto de vista psicológico Yagosesky, R. (1998) define la autoestima como el resultado del proceso de valoración profunda, externa y personal que cada quien hace de sí mismo en todo momento, esté o no consciente de ello. Este resultado es observable, se relaciona con nuestros sentidos de valía, capacidad y merecimiento, y es a la vez causa de todos nuestros comportamientos.

**La autoestima**

**Autoconcepto físico:** La percepción que uno tiene tanto de su apariencia y presencia físicas como de sus habilidades y competencia para cualquier tipo de actividad física.

**Autoconcepto académico:** El resultado de todo el conjunto de experiencias, éxitos, fracasos y valoraciones académicas que el alumno tiene a lo largo de los años escolares.

**Autoconcepto social:** Consecuencia de las relaciones sociales del alumno, de su habilidad para solucionar problemas sociales, de la adaptación al medio y de la aceptación de los demás.

**Autoconcepto personal:** Incluye la percepción de la propia identidad y el sentido de responsabilidad, autocontrol y autonomía personales.

**Autoconcepto emocional:** Se refiere a los sentimientos de bienestar y satisfacción, al equilibrio emocional, a la aceptación de sí mismo y a la seguridad y confianza en sus posibilidades.

**Nociones de autoconcepto**

**Vinculación:** Consecuencia de la satisfacción que obtiene el niño al establecer vín­culos que son importantes para él y que los demás reconocen como importantes. Por ejemplo, formar parte del grupo de clase, pertenecer a una familia…

**Singularidad:** Resultado del conocimiento y respeto que el niño siente por las cualidades o atributos que le hacen especial o diferente, apoyado por el respeto y la aprobación que recibe de los demás por esas cualidades. Por ejemplo, saber que él es alguien especial para… saber expresarse a su manera, etc.

**Poder:** Consecuencia de que el niño disponga de los medios, las oportunidades y la capacidad de modificar las circunstancias de su vida de manera significativa. Por ejemplo, creer que normalmente puede hacer lo que planea, sentir que tiene a su cargo algunas responsabilidades importantes en su vida…

**Pautas de guía:** Que reflejen la habilidad del niño para referirse a los ejemplos humanos, filosóficos y prácticos adecuados que le sirvan para establecer su escala de valores, sus objetivos, ideales y exigencias personales. Por ejemplo, saber qué personas pueden servir de modelo a su comportamiento, desarrollar su capacidad de distinguir lo bueno de lo malo

**Aspectos necesarios para el desarrollo de la autoestima desde la infancia**

* Que el niño debe sentirse un miembro importante dentro de su familia, por la forma en que se le escucha, se le consulta, se le responsabiliza, se valoran sus opi­niones y aportaciones.
* Que el niño ha de percibir una comunicación fluida y profunda con sus padres, no solo porque le escuchan, sino también porque comparten con él sus experien­cias como adultos, su vida pasada, sus expectativas…
* Que el niño necesita estar orgulloso de su familia para sentirse seguro.

**Desarrollo de la autoestima del niño en el núcleo familiar**

**Con alta autoestima:**

• Toma iniciativas.

• Afronta nuevos retos

• Valora sus éxitos.

• Sabe superar los fracasos, muestra tolerancia a la frustración.

• Muestra amplitud de emociones y sentimientos

• Desea mantener relaciones con los otros.

• Es capaz de asumir responsabilidades.

• Actúa con independencia y con decisión propia.

**Con baja autoestima:**

• Sin iniciativas, necesita la guía de los otros.

• Tiene miedo a los nuevos retos.

• Desprecia sus aptitudes.

• Tiene poca tolerancia a la frustración, se pone a la defensiva fácilmente.

• Tiene miedo a relacionarse, siente que no será aceptado.

• Tiene miedo de asumir responsabilidades.

• Muestra estrechez de emociones y sentimientos.

• Es dependiente de aquellas personas que considera superiores; se deja influir.

**Características de los individuos con autoestima alta o baja**

Bibliografías:

Acosta Padrón, R., & Hernández, J., A. (2004, noviembre 11). LA AUTOESTIMA EN LA EDUCACIÓN.

Ana Roa García (2013, septiembre 30) LA EDUCACIÓN EMOCIONAL, EL AUTOCONCEPTO, LA AUTOESTIMA Y SU IMPORTANCIA EN LA INFANCIA. Madrid. España. págs. 241-258