



**THOMPSON**  
Strengthening Children, Families & Communities

# PARENTING TOOL BELT NEWSLETTER

March 2024



## Helping Parents Build Children's Self-worth

Self-worth and self-esteem are similar, but different. Self-esteem is how you "think" and "feel" about yourself, while self-worth is how you value yourself. It's important to develop high self-worth amongst children because this dictates how they will treat themselves, others, and the environment. In some cases, people are drawn to others that have high self-worth. There are many ways parents can help build their child's self-worth.

### Helpful Tips or Steps:

- **Build Confidence:** Set your child up for success by creating opportunities that they will be good at. For example, if you are a parent working on building your child's confidence with household chores then it's important to set realistic and obtainable goals. These goals can be small chores like vacuuming or taking out the trash - acknowledge your child after they complete these tasks and praise them! This helps boost their self-esteem, motivates them to keep completing chores, and feel confident about doing more.
- **Praise Your Child:** Find time to praise your child whenever they are doing day-to-day activities. You want to praise your children for their efforts as well as the progress they make. You can also reinforce this by praising yourself in front of your children to model certain behaviors.
- **Respect Your Child's Feelings:** Even if your child has an opinion that you might not agree with, show respect towards their opinions. Let them know that you value their opinion and how they feel.
- **Be patient:** It takes time to build your child's self-worth - it is not an overnight process.

Source : Nurturing Skills For Families Prenatal – 1- 19 Parent Hand Book By Stephen J Bavolek, Ph. D

### Free or Low Cost Family Events:

- **Charlotte, NC**
  - [March 9th Free Saturday Morning Cartoons At Independence Cartoon House](#)
  - [March 21st Charlotte Fair](#)
  - [March 29th Charlotte SHOUT](#)
- **Upstate, SC**
  - [March 15th Kids Night Out](#)
  - [March 17th Its Not Easy Being Green](#)
- **Tampa, FL**
  - [March 12th Kids Day Out](#)
  - [March 25th Kids Easter Scavenger Hunt](#)



Contact Thompson's Family Education department  
for more information at 704-376-7180.





**THOMPSON**  
Strengthening Children, Families & Communities

# CINTURÓN DE HERRAMIENTAS NEWSLETTER

Marzo 2024



## Ayudar a los padres a desarrollar la autoestima de sus hijos

La autoestima y el amor propio son similares, pero diferentes. La autoestima es cómo piensas y te sientes acerca de ti mismo, mientras que amor propio es cómo te valoras a ti mismo. Es importante desarrollar una alta autoestima entre los niños porque esto dicta cómo se tratarán a sí mismos, a los demás y al medio ambiente. Generalmente, las personas se sienten atraídas por otras personas que tienen una alta autoestima. Hay muchas maneras en que los padres pueden ayudar a desarrollar la autoestima de sus hijos.

### Consejos o pasos útiles (según el tema):

- **Genere confianza:** prepare a su hijo para éxito creando oportunidades en tareas en las que será bueno. Por ejemplo, si usted es un padre que trabaja para desarrollar la confianza de su hijo con las tareas del hogar, entonces es importante establecer metas realistas y alcanzables. Estos pequeños objetivos podrían ser pequeñas tareas como pasar la aspiradora o sacar la basura. ¡Alabe a su hijo después de realizar estas tareas y felicítelo! Esto ayuda a desarrollar su confianza para continuar haciendo esas tareas y sentirse seguro de hacer más.
- **Elogie a su hijo:** encuentre tiempo para elogiar a su hijo cuando haga sus rutinas diarias. Felicítelo cuando lo intente y felicítelo por su progreso. Usted también puede incorporar esto en elogiándose a sí mismo frente a tus hijos para modelar estos comportamientos.
- **Respete los sentimientos de su hijo:** incluso si su hijo tiene una opinión con la que usted no esté de acuerdo, muestre respeto hacia sus opiniones. Hágales saber que valora su opinión y cómo se sienten.
- **Sea paciente:** Tómese su tiempo para desarrollar la autoestima de su hijo porque no es un proceso de la noche a la mañana. Es importante ser constante y consistente.

Source : Nurturing Skills For Families Prenatal – 1- 19 Parent Hand Book By Stephen J Bavolek, Ph. D

### Eventos familiares gratuitos o de bajo costo en la comunidad:

- **Charlotte, NC**
  - [9 de marzo Free Saturday Morning Cartoons At Independence Cartoon House](#)
  - [21 de marzo Charlotte Fair](#)
  - [29 de marzo Charlotte SHOUT](#)
- **Upstate, SC**
  - [15 de marzo Kids Night Out](#)
  - [17 de marzo Its Not Easy Being Green](#)
- **Tampa, FL**
  - [12 de marzo Kids Day Out](#)
  - [25 de marzo Kids Easter Scavenger Hunt](#)



Contacte al Departamento de Educación Familiar de Thompson si usted quisiera recibir más información acerca del cinturón de herramientas al 704-376-7180.

