



¿Qué son las altas expectativas?

Es la creencia que una persona puede llegar muy lejos o alcanzar grandes metas y como padres, las podemos compartir con nuestros hijos. Los padres de los deportistas están acompañándolos desde muy pequeños en su meta de llegar a una competencia mundial. Madrugan con ellos, los llevan a sus entrenamientos y se comprometen a ser parte de ese sueño. Sus expectativas apuntan a que sus hijos sobresalgan y sean los mejores.

¿Por qué son importantes las altas expectativas?

Cuando demostramos, compartimos y cooperamos con las altas expectativas sobre nuestros hijos, no solo les estamos dando la oportunidad para que crean y sientan que pueden llegar muy lejos, sino que también estamos dando la posibilidad de desarrollar habilidades como:

- **Autoestima:** nos permite tener un buen concepto de nosotros mismos. Permite construir una identidad positiva de cada uno.
- **Motivación:** es la energía que nos permite dar lo mejor de nosotros mismos en cada actividad y es el motor que nos impulsa en momentos difíciles.
- **Resiliencia:** es la que nos ayuda a levantarnos cada vez que nos caemos, es la que nos impulsa a seguir adelante. La podemos entender como un caucho, que se estira y después vuelve a su estado original.