

## Dječje samopoštovanje

**Razvoj slike o sebi počinje oko treće godine života. Brojna istraživanja dokazuju kako ključnu ulogu u razvoju samopoštovanja i samopouzdanja ima atmosfera u obiteljskom domu, roditeljski odgojni stilovi i neposredna socijalna okolina. Samopoštovanje označava stav o vlastitoj vrijednosti i o samome sebi, dok samopouzdanje govori o našoj vjeri u sebe, o našim sposobnostima i vještinama. Samopouzdanje proizlazi iz samopoštovanja.**

U najranijoj dobi djeca će bez razmišljanja prihvatiti mišljenja koja o njima imaju značajni odrasli i doživljavati ih kao svoja. Ako roditelji djetetu šalju poruku „ti to možeš učiniti” ili „učini najbolje što možeš” dijete razvija osjećaj samopouzdanja i produktivnosti. Roditeljski odnos prema djetetu koji je brižan, topao, pun ljubavi, prihvaćanja, dosljedan i pravedan, kojim se uvažavaju djetetova prava i mišljenja, rezultirat će pozitivnom slikom o sebi i osjećajem kompetentnosti.

S druge strane, postoje i određene roditeljske pogreške koje utječu na razvoj loše slike o sebi i niskog samopouzdanja. Ukoliko roditelj djetetu ne omogućuje istraživanje okoline temeljem pokušaja i pogrešaka, kod djece se može pojaviti osjećaj srama. Kada se djetetu upućuju poruke o tome da je lijeno, neuredno, loše... ono će zaista u to povjerovati i početi se ponašati u skladu s porukama koje dobiva. Poruke kao što su „ti nikada ništa ne znaš” ili „ti to ne možeš dobro napraviti” izazivaju sumnju u sebe i vlastite sposobnosti te stvaraju osjećaj manje vrijednosti.

U dobi od četiri do pet godina kod djece započinje natjecateljski karakter, te odobravanje od strane vršnjaka postaje važan izraz samopoštovanja. Ulaskom u srednje djetinjstvo (od 6. do 12. godine života) mijenjaju se osjećaji djece prema njima samima. Slika o sebi postaje sve složenija te djeca počinju shvaćati da imaju jedinstvene kvalitete. Postaju svjesni toga kakvi su, svjesni su svojih vrijednosti i kvaliteta i dolazi do vrednovanja sebe u odnosu na vršnjake. Prepoznaju vlastite jake strane i slabosti.

## **Odgovaj ima veliku ulogu u razvoju samopoštovanja. Visoko samopoštovanje imaju djeca čiji roditelji:**

- odgajaju djecu s ljubavlju i poštovanjem
- prihvaćaju djecu
- postavljaju razumna pravila i očekivanja
- dosljedni su u svojim postupcima
- ne ismijavaju, ne ponižavaju i ne kažnjavaju fizički djecu
- pokazuju kako vjeruju u djetetovu sposobnost i dobrotu

Sve suprotno od toga za posljedicu će imati razvoj loše slike o sebi i niskog samopouzdanja kod djeteta.

## **Postoje različiti načini na koje možemo prepoznati kakva je djetetova slika o sebi. Djeca s niskim samopouzdanjem i lošom slikom o sebi često se ponašaju na sljedeći način:**

- imaju naglašenu potrebu da stalno pobjeđuju u igrama,
- pretjerano su samokritična ili pak sklona pretjeranom hvalisanju kojom skrivaju nesigurnost,
- sklona su davanju novaca, slatkiša i igračaka drugoj djeci kako bi im se svidjela,
- stalno žele ugađati drugima,
- privlače pažnju neodgovarajućim ponašanjima,
- povučena su ili sramežljiva,
- plačljiva su i pretjerano se ispričavaju za sve što naprave,
- strah ih je okušati se u novim aktivnostima,

- osjećaju nepovjerenje prema ljudima,
- nemaju sigurnost i sposobnost reći „ne” i teško donese samostalne odluke.

## **Djeca koja imaju pozitivnu sliku o sebi najčešće se ponašaju na sljedeći način:**

- lako sklapaju prijateljstva, mogu se zabaviti sama i u društvu druge djece,
- pokazuju zanimanje za nove aktivnosti,
- uspješno surađuju s vršnjacima i odraslima,
- razgovaraju s drugima bez poteškoća,
- slijede pravila prikladna za njihovu dob i znaju kontrolirati svoje ponašanje,
- znaju donositi odluke,
- kreativna su i sigurna u svoje sposobnosti,
- zadovoljna su svojim radom i očekuju uspjeh,
- sretna su i puna energije.

Djeca kod kojih su roditelji svojim odgojnim stilom postigli visoku razinu samopoštovanja, lakše savladavaju životne izazove i zrelije rješavaju konflikte, što je posebno značajno u doba njihove adolescencije.

*Mr. Andreja Radić, dipl. socijalna radnica*

*Mr. sc. Lucija Sabljic, dipl. defektologinja*

*Mr. sc. Snježana Šalamon, dipl. socijalna radnica*