

# Uloga roditelja u razvoju dječjeg samopoštovanja

Samopoštovanje ima veliku ulogu u različitim područjima djetetova života, baš kao i kod odraslih osoba. Što je slika o sebi o pozitivnija, to je za očekivati da će djeca, ali i odrasli, biti uspješniji u aktivnostima kojima se bave.

Školski uspjeh još je jedno područje dječjeg života koje je usko povezano s pozitivnom slikom o sebi. Istraživanja pokazuju da se, djeca koja o sebi misle da su loša u nekom području (npr. da ne znaju matematiku), neće niti potruditi svladati zadatke jer misle da to ionako ne mogu. Učenici koji krenu u školu s boljom slikom o sebi, više vremena provode u učenju, što za posljedicu ima još bolji školski uspjeh, čime samo potvrđuju pozitivnu sliku o sebi.

**Roditelji imaju značajnu ulogu u razvijanju dječjeg samopoštovanja, a kako biste u tome bili što uspješniji pokušajte svakodnevno napraviti sljedeće:**

1. Svaki dan odvojite barem pola sata koje ćete provesti s djetetom bez TV-a, prijatelja, telefonskih razgovora...
2. Ne propustite priliku reći djetetu što vam se kod njega sviđa, što je dobro učinilo i da ga volite.
3. Kada ga hvalite, budite specifični, točno određeni.
4. Ne kritizirajte ga kao osobu, već ukažite na njegovo ponašanje ako nije bilo u redu.
5. Učite dijete pozitivnom govoru, ne koristite rečenice koje počinju s „Ti nikada...” ili „Ti uvijek...”
6. Koristite poticajne rečenice kao što je: „Znam da ćeš učiniti najbolje što možeš...”
7. Pomozite djetetu da nauči donositi odluke i rješavati probleme.
8. Učite dijete da si postavlja i ostvaruje ciljeve.
9. Potaknite dijete da otvoreno govori o svojim osjećajima.

10. Pomozite djetetu da realno prihvati svoje jake strane, kao i svoje slabosti.
11. Ne uspoređujte dijete s braćom i sestrama.
12. Zaštite dijete od nasilja, dom mora biti sigurno mjesto.
13. Pohvalite djetetove uspjehe.
14. Naučite dijete kako da se nosi s neuspjehom.
15. Uskladite svoja očekivanja s mogućnostima djeteta te stalno iznova usklađujte ta očekivanja.
16. Izbjegavajte stalna prosuđivanja, česta ponavljanja „Ti trebaš, „Ti moraš” i nepotrebne savjete.
17. Budite određeni u svojim zahtjevima („Moraš biti dobar“- to ne znači ništa).
18. Recite DA što je češće moguće, objasnite svako NE i ostanite pri tome.
19. Dajte mu odgovornost i neovisnost u stvarima u kojima je to moguće.
20. Sami budite dobar uzor – imajte pozivno mišljenje o sebi.

Djeca s pozitivnom slikom o sebi	Djeca s negativnom slikom o sebi
<ul style="list-style-type: none"> <li>• u školi su aktivna, znatiželjna, motivirana za rad - istražuju, postavljaju pitanja, vole učiti novo</li> <li>• spremna su tražiti pomoć</li> <li>• neuspjeh će pripisati lošem danu ili lošoj sreći</li> <li>• svoj uspjeh pripisuju radu, trudu i sposobnostima</li> <li>• postavljaju si realne i dostižne ciljeve</li> <li>• spremna su bez srama priznati kada nešto ne znaju, traže pomoć</li> <li>• trude se izvršiti zadatke na vrijeme</li> <li>• ako im se pruži prilika, sjede u prvim klupama</li> <li>• traže načine za postizanje uspjeha</li> <li>• uključeni su u razrednu dinamiku, bez problema iznose svoje mišljenje</li> <li>• umjereno su ponosni na svoja postignuća, ali nisu nasilni i bahati</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• u školi su najčešće pasivna, nezainteresirana za novo, motivirana tek da zadovolje minimum</li> <li>• ne postavljaju pitanja, a učenje novog ih ne oduševljava</li> <li>• neuspjeh pripisuju nedovoljnim sposobnostima ili neznanju</li> <li>• svoj uspjeh pripisuju sreći, vjeri ili nekom vanjskom uzroku</li> <li>• postavljaju nerealne i nedostižne ciljeve i tako još više umanjuju mogućnost postizanja uspjeha</li> <li>• bez želje su da traže pomoć i nerado priznaju da nešto ne znaju</li> <li>• odugovlače s izvršavanjem školskih obveza</li> <li>• ako im se pruži prilika, sjede u zadnjim klupama</li> <li>• nerado priznaju da nešto ne znaju</li> <li>• tihi su za vrijeme razredne komunikacije, izbjegavaju iznošenje svoga mišljenja i osjećaja</li> <li>• ponekad znaju blefirati pa se čini kako znaju više, znaju biti „bahati“</li> </ul>

**I na kraju: KAKO VAŠE DIJETE NE BI IMALO NISKO SAMOPOŠTOVANJE, MANJE MU NUDITE GOTOVA RJEŠENJA, A VIŠE GA SAVJETUJTE I OHRABRUJTE!**

Mr. Andreja Radić, dipl. socijalna radnica

Mr. sc. Lucija Sablić, dipl. defektologinja

Mr. sc. Snježana Šalamon, dipl. socijalna radnica