

5 Δεκεμβρίου 2020

Μήπως το παιδί έχει χαμηλή αυτοεκτίμηση;

Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός / Κοινωνιολογικά (κοινωνική πρόνοια & οικογενειακά θέματα)
/ Υγεία και ιατρικά θέματα



Που οφείλεται η χαμηλή αυτοεκτίμηση στα παιδιά; Πώς μπορείτε να το βοηθήσετε;
Που μπορεί να οφείλεται;



Η χαμηλή αυτοεκτίμηση που μπορεί να εκδηλώσει το παιδί λίγο πριν ή και κατά την διάρκεια της εφηβείας συνήθως οφείλεται στην κοινωνική σύγκριση.

Τα παιδιά νηπιακής ηλικίας τείνουν να έχουν σχετικά υψηλή αυτοεκτίμηση, όμως πριν και κατά την διάρκεια της εφηβείας ενδέχεται να πέσει, γεγονός που συνήθως αποδίδεται στην σύγκριση που ξεκινά να κάνει το παιδί με τους γύρω του.

Αυτή η κοινωνική σύγκριση μπορεί να περιλαμβάνει γνωστικούς όσο και κοινωνικούς παράγοντες ενώ αποτελεί ενδεχομένως την μεγαλύτερη πρόκληση, που καλούνται να αντιμετωπίσουν σε αυτό το ηλικιακό στάδιο. Μερικοί ακόμη παράγοντες που μπορεί να το επηρεάσουν, περιλαμβάνουν:

***Αυξημένες απαιτήσεις**

Η πίεση που αισθάνονται για την απόδοσή τους αυξάνεται επίσης κατά την διάρκεια της εφηβείας. Κατά την διάρκεια της νηπιακής ηλικίας, τόσο οι γονείς όσο και οι εκπαιδευτικοί τείνουν να επαινούν κάθε προσπάθεια, μεγάλη ή μικρή, καλή ή λιγότερο καλή.

Με την εφηβεία, όμως, να πλησιάζει οι ενήλικες τείνουν να περιμένουν πολλά περισσότερα από τα παιδιά. Η προσπάθεια σε αυτό το σημείο εξακολουθεί να έχει σημασία, με την ζυγαριά όμως να κλίνει περισσότερο στην απόδοση ή το αποτέλεσμα.

***Η γενική δυσαρέσκεια**

Με τις προσδοκίες γονιών και εκπαιδευτικών να αυξάνονται σημαντικά, τα παιδιά ξεκινούν να αντιλαμβάνονται την απογοήτευση που ενδεχομένως να νιώσουν οι ενήλικες. Η αυτοεκτίμηση του παιδιού και το ενδεχόμενο να επηρεαστεί αρνητικά εξαρτάται από το πρόσωπο που θα αποδοκιμάσει τις προσπάθειές του.

Εάν η δυσαρέσκεια προέρχεται από κάποιον που το παιδί δεν έχει σε υψηλή εκτίμηση, τότε πιθανότατα η αυτοεκτίμησή του να μην επηρεαστεί. Ωστόσο, τα πράγματα αλλάζουν ότι μια κακή κριτική έρχεται από την μαμά ή τον μπαμπά ή και τον αγαπημένο του δάσκαλο.

Πώς μπορείτε να το βοηθήσετε;

Αν και δεν μπορείτε να αποτρέψετε το παιδί σας από το να συγκρίνει τον εαυτό του με τους συνομηλίκους του, αυτό που μπορείτε να κάνετε είναι να το ενθαρρύνετε να εκτιμά και να πιστεύει στις δικές του δεξιότητες. Παράλληλα αν διαπιστώσετε ότι κάτι το απασχολεί, αφήστε το να σας μιλήσει και ακούστε το.

Με αυτόν τον τρόπο θα του δείξετε έμπρακτα ότι ενδιαφέρεστε για εκείνο και ότι όλα όσα αισθάνεται είναι άξια συζήτησης και αναφοράς.

Πηγή: imommy.gr