

Sięgnij po pomoc

POCZUCIE WŁASNEJ WARTOŚCI DZIECKA

Nowo narodzone dziecko nie posiada fizycznego ani emocjonalnego wyobrażenia o sobie. Jest po prostu istotą posiadającą wiele możliwości i czekającą, by jego wrodzony potencjał i wpływ środowiska ukształtował je w niezależną osobę. Wkrótce rozpocznie podróż, która ukształtuje całą jego postawę wobec samego siebie. Sposób, w jaki odbywa tę podróż i pomoc, jaką otrzyma po drodze, zadecydują o jakości wizerunku własnej osoby i poczucia jego własnej wartości.

Nasze wyobrażenie o sobie jest zbudowane na wspomnieniach. Pierwsze wyobrażenia dziecka o sobie pojawiają się w niemowlęctwie. Miłość, akceptacja i pozytywne środowisko przyczyniają się do poczucia tego, kim są. Pod koniec pierwszego roku życia dzieci mają już rozpoczętą konstrukcję swojego umysłowego wyobrażenia o sobie. Nasza koncepcja siebie to grupa postaw wobec siebie samych, życzliwych i nieżyczliwych. Nasz umysł nigdy nie zapomina żadnego przeżycia. Możemy nie być tego świadomi, ale ono ciągle w nas jest.

Dziecko gromadzi te przeżycia. Jeżeli zbiera więcej pozytywnych przeżyć niż negatywnych, idzie przez życie zdolne do produktywności i doświadczania radości i satysfakcji. Jeżeli zbiera więcej negatywnych przeżyć, idzie przez

życie pozbawione równowagi. Jego wyobrażenia o sobie i poczucie własnej wartości może ulec wypaczeniu. Dziecko ma wtedy trudności z zachowaniem równowagi życiowej.

Nasze uczucia w stosunku do naszych dzieci pomagają w kształtowaniu poczucia ich własnej wartości i ich wiary we własne siły. Miłość rodzica jest najważniejszym źródłem poczucia własnej wartości. Dzieci niedoświadczające miłości i akceptacji rodziców mają trudności z kochaniem innych ludzi i przyjmowaniem ich miłości.

Czasami jednak to, co robimy i mówimy przeszkadza w rozwoju. Czasami określenia lub przezwiska, jakie rodzice nadają dzieciom, dręczą je latami.

Takie określenia jak: gaduła, ofiara, bezmózgowiec, diabeł wcielony, wieprz, pawian nie tylko ranią, one niszczą dziecko. Takie określenia powodują, że w umyśle dziecka zapisuje się pewien obraz. Określenia w rodzaju „głupi”, „ocięźały” tworzą część składową postawy dziecka wobec siebie, często postawy negatywnej.

Gdy rodzice okazują szacunek, miłość i zaufanie swojemu dziecku, pomagają dziecku budować pozytywny obraz siebie. Pochwała, autentyczna akceptacja, cierpliwość, zachęta, potrafią uczynić wiele, by pomóc dziecku budować pozytywną postawę wobec siebie.

Dzieci, które dorastają, słysząc krytyczne i poniżające słowa, wierzą, że zasługują na nie. Uczą się radzić sobie jakoś z nimi obwiniając siebie i uznając siebie za przyczynę krytyki, odrzucenia i poniżenia, jakie ich spotyka. Tworzą sobie negatywny obraz samego siebie.

Można przełamać ten negatywny schemat, często wypowiadając wspierające słowa, które pokazują dzieciom coś dobrego dotyczącego ich samych. Wspieranie słowne wzmacnia wartość dzieci w ich własnych oczach, pomagając w uczeniu się, osiągnięciu niezależności i samodzielności.

Wszystkie dzieci potrzebują pochwał za swoje wysiłki, za poprawę, za osiągnięcia. Nawet małe dzieci, które jeszcze nie znają wielu słów, uchwycą ton pochwały w twoim głosie i komunikacji niewerbalnej.





Wsparcie okazywane dzieciom pokazuje im, że wierzymy w ich zdolność do uczenia się, przemiany i dojrzewania. Pokazuje, że wiesz, jakie wyobrażenia o sobie chciałbyś pomóc zbudować swoim dzieciom. Umysł dzieci pracuje na podobieństwo komputera. Każde słowo, jakie wypowiedzisz do nich, przesyłane jest do jednego z dwóch plików: poniżające lub wspierające. Ten plik, w którym istnieje więcej danych, będzie decydował o ich sposobie widzenia siebie. A przez pryzmat widzenia siebie tworzy się obraz świata.

Poczucie własnej wartości twoich dzieci jest ważne, ponieważ będzie wpływać na niemal każdą dziedzinę ich życia. To, co dzieci będą czuły wobec siebie samych, wpłynie na ich postawę. Dzieci posiadające silne poczucie własnej wartości będą przejawiać lepsze postawy wobec szkoły, przyjaciół, domu, rodziców i świata.

Im większą wartość dzieci wiążą ze sobą, tym bardziej cenią ludzi i rzeczy w swoim życiu.

Dzieci posiadające pozytywne wyobrażenie o sobie:

- są szczęśliwe,
- uważają, że rówieśnicy je lubią,
- potrafią nawiązywać przyjaźnie,
- potrafią powiedzieć, w czym są dobre,
- czują się silne i zdolne,
- czują się bezpiecznie w domu,
- nie oceniają swej wartości przez stopnie i osiągnięcia,
- akceptują swój wygląd fizyczny,
- odważnie podejmują nowe wyzwania,
- okazują innym miłość i szacunek,
- aktywnie uczestniczą w zabawach z innymi dziećmi.

Dzieci mające zdrowe poczucie własnej wartości są bardziej szczerze, dobrze radzą sobie w życiu, mają też lepsze wyniki w nauce. Trzeba jednak pamiętać, że wysokie poczucie własnej wartości nie może być równoznaczne z przesadnym mniemaniem o sobie. Zdrowe poczucie własnej wartości nie ma nic wspólnego z egoizmem lub narcyzmem, które są sposobem mówienia i przedstawiania siebie w sposób przesadny. Ten przesadny sposób widzenia siebie wynika z niskiego poczucia własnej wartości i ma służyć temu, żeby inni widzieli właściciela w lepszym świetle niż on sam siebie widzi.



Zenon Kowalczyk



OBRACAJ.PL
ubezpieczenia • pożyczki • kredyty
**CENTRUM UBEZPIECZENIOWO
FINANSOWE**

**NAJTAŃSZE
OC**

www.obracaj.pl

**AUTORYZOWANY PARTNER NAJWIĘKSZYCH
FIRM UBEZPIECZENIOWYCH I BANKÓW**

* UBEZPIECZENIA KOMUNIKACYJNE, MAJĄTKOWE, NA ŻYCIE
* POŻYCZKI EKSPRESOWE, KREDYTY HIPOTECZNE, SAMOCHODOWE
* IMPORT SAMOCHODÓW I MOTOCYKLI NA ZAMÓWIENIE















43-385 Jasienica, ul. Cieszyńska 291, tel. 33 814 03 44, e-mail: leszekobracaj@wp.pl
kom. 601 818 841, 697 915 676

Czynne: pon-pt 9.00-18.00, sob 9.00-14.00