



*Kształtowanie się poczucia  
własnej wartości w  
środowisku rodzinnym*



Wyrazem samoakceptacji jest „lubienie” siebie samego, co skutkuje skłonnością do pozytywnej postawy wobec innych ludzi (akceptowaniem ich)



Rozwój samooceny przebiega w trzech etapach, które przypadają na okres najstarszej grupy dzieci przedszkolnych, średni wiek szkolny, okres dorastania i okres młodzieńczy

Dzieci w wieku przedszkolnym są zdolne do zwrócenia uwagi na siebie pod kątem posiadania cech dodatnich i ujemnych, jednak nie potrafią dokonać krytycznej analizy swojego zachowania

Dzieci w młodszym wieku szkolnym przywiązują największą wagę do opinii dorosłych na temat własnej osoby

## **Podstawowe elementy wpływające na poczucie własnej wartości u dziecka:**

1) wielość rozdźwięku  
pomiędzy tym, czego  
pragnie, a tym, co uważa,  
że udało się mu  
osiągnąć

2) całkowite poczucie  
wsparcia, jakiego  
doświadcza ze strony  
ważnych dla niego ludzi  
(jeśli czuje, że inni lubią  
go takim, jakim jest, ma  
wyższe poczucie własnej  
wartości niż człowiek,  
który nie dostrzega  
takich opinii)



## *Na kształtowanie się pozytywnego obrazu własnego ja mają wpływ:*

Przekazanie mu  
odważnego podejścia do  
życia



Rozwijanie pewności  
siebie, przekazywanie  
pozytywnych wzorców

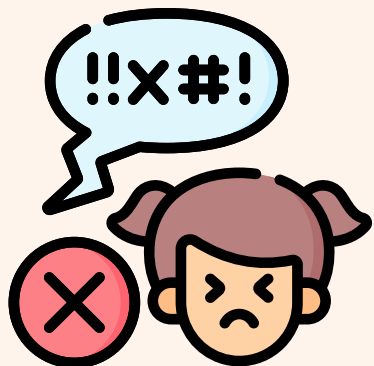


Wskazywanie dziecku  
możliwości jakie daje  
świat, zamiast  
dostrzegania wyłącznie  
zagrożeń

Zaufanie rodziców wobec  
instynktów badawczych  
dziecka



Nie stosowanie  
przemocy



Unikanie  
ośmieszania i  
poniżania



Unikanie wytykania wad i  
błędów

Jasne i precyzyjne  
granice

Pozwalanie na  
samodzielność



Stawianie oczekiwań,  
które dziecko jest w  
stanie spełnić

Przekazywanie mu  
pozytywnych  
komunikatów,  
okazywanie czułości



Akceptowanie uczuć  
dziecka zarówno  
przyjemnych jak i  
nieprzyjemnych



Konstruktywne karcenie,  
które odnosi się do  
zachowania, nie do  
osoby



Aktywne i uważne  
słuchanie, chwalenie

Wzmacnianie  
pozytywnych cech  
dziecka i próba  
zrozumienia  
występowania  
negatywnych



Dawanie otuchy po  
porażce i udzielanie  
pomocy w rozwijaniu  
talentów



Przyjmowanie  
komplementów i  
obdarowywanie  
komplementami inną  
osobę



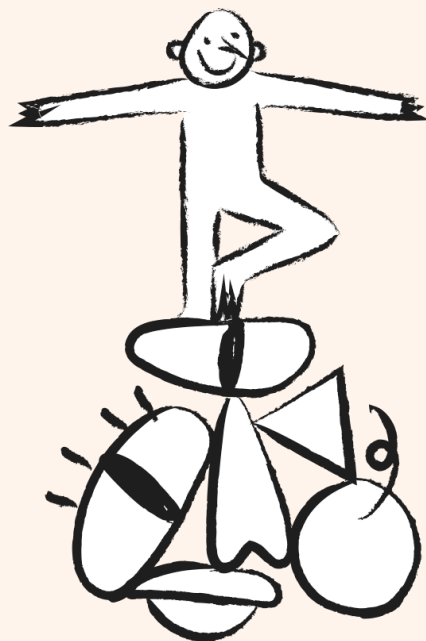
# NIE BÓJ SIĘ SAMODZIELNOŚCI SWOJEGO DZIECKA

Unikaj porównywania osiągnięć dziecka w stosunku do innych dzieci

*"Marysia sama już się rano ubiera, a Ty nie!"*



Doceniaj nawet najmniejsze starania dziecka



Popracuj nad własną cierpliwością

Przygotuj się na wyjaśnienia





## KOMUNIKATY NEGATYWNE WPLYWAJĄCE NA ROZWÓJ PRAWIDŁOWEJ SAMOOCENY



**komunikat karzący** – ma wywołać u dziecka poczucie winy lub poczucie bycia nie w porządku wobec innych, np.: „A nie mówiłam, że się do tego nie nadajesz”

**komunikat wyręczająco-opiekuńczy** – ma wyrazić pocieszenie i przejęcie przez dorosłego inicjatywy i działania w celu rozwiązania problemu, np.: „Zaraz ci pomogę, napiszę ci od nowa”

**komunikat strukturalizujący** – nie pozwala dziecku samodzielnie znaleźć rozwiązania, daje gotową receptę na to, co ma zrobić w danej sytuacji np.: „Musisz do niej zadzwonić i powiedzieć jej, że byłaś chora, i że prosisz ją, by przedyktowała ci notatkę z przyrody i historii”



Biernat, R. (2017). Troska o poczucie własnej wartości dzieci w rzeczywistości szkolnej – wymiar teoretyczny i praktyczne implikacje. *Społeczeństwo. Edukacja. Język.*, 4, 149-167.