

Lapse enesehinnangu toetamine

Kuidas see on oluline?

Kui vanemad on lapse suhtes tähelepanelikud ja hoolivad, loovad nad sellega turvalise kasvukeskkonna ja vastastikuse toetava suhte.

See omakorda aitab kujundada lapse kõrgemat enesehinnangut ja eneseusku. Samuti tekib tal parem eneseregulatsioon.

Mil määral mõjutab see last edaspidi?

Laps kasvab enesekindlaks ja austab teisi. Ta saab tulevikus paremini hakkama elus ettetulevate raskustega. Kui ta suhtub endasse positiivselt, suudab ta rõõmu tunda kaaslastest.

Mida meie vanematena saame teha?

Tegeledes igapäevaselt oma laste sotsiaalse juhendamisega, toetame nende omavahelist suhtlust.

Saame aidata lastel omandada emotsioonide juhtimise, nimetades ja peegeldades emotsioone, mida laps parajasti tunneb.

See aitab lapsel omandada sõnavara, õppida rääkima tunnetest ja ühtlasi tundma ära teiste inimeste tundeid.

Kuidas ikkagi teha nii, et lapse eneseusk suureneb?

Teie lapsevanemad kirjeldate lapse tegevust, tunnustate teda, kui ta püsib oma tegevuse juures, julgustate teda jätkama.

Kui on oht, et ta on valmis loobuma, peegeldate talle tema tundeid ja innustate.

Võite öelda, et

- *see võibki olla natuke raske*
- *lase aga edasi*
- *sul tuleb päris hästi välja*
- *lihtsalt tee see ära*

Aile Aedma, perenõustaja