

Ce trebuie să faceți dacă ...

... copilul are o stimă de sine scăzută?

Stima de sine și tulburările specifice de învățare

Stima de sine a copiilor cu tulburări specifice de învățare este mai scăzută față de ceilalți copii. Este important să apreciem eforturile depuse de aceștia la școală și să încercăm să căutăm și să oferim oportunități pentru ca ei să fie mândri de realizările lor.

Lucruri pe care le puteți face:

Găsiți mai jos o listă de idei pe care le puteți aplica la clasă:

- Dați-le posibilitatea să aleagă și nu-i forțați să participe la activități la care întâmpină dificultăți (de exemplu, exerciții de ortografie sau activități de citit cu voce tare)
- Nu-i chemați la tablă decât dacă se oferă voluntar
- Asigurați-vă că sala dvs. de clasă este un loc sigur pentru a face greșeli
- Nu-i suprasolicitați și nu faceți totul pentru ei
- Dați-le o anumită responsabilitate în grupul clasei, astfel încât ceilalți să-le poată vedea abilitățile
- Introduceți activități care nu implică doar jocuri de echipă în timpul pauzelor, astfel încât să se poată alătura
- Apreciați efortul indiferent dacă câștigă sau pierde
- Încurajați exercițiul pentru a construi competențe
- Dați-le noi provocări și încurajați-le curiozitatea
- Fiți specifici și autentici în feedback-ul oferit

Încurajați o imagine sănătoasă a corpului și încurajați-i să participe la activități sportive

Câteva exemple de activități:

- **Despre mine:** propoziții pe care trebuie să le completeze cu privire la respectul de sine. Acest exercițiu îi ajută pe copii să-și identifice propriile resurse și caracteristici pozitive și să-și recunoască și aprecieze realizările. Constă din 4 propoziții pe care copiii trebuie să le completeze prin scriere, desen sau prin lipirea imaginilor:
 - Am fost foarte fericit când ...
 - La școală, sunt bun la ...
 - Sunt mândru că...
 - Prietenilor mei le place la mine ...

