



MINISTERUL SĂNĂTĂȚII
DIRECTIA DE SĂNĂTATE PUBLICĂ A
JUDETULUI CONSTANTA
Compartiment Promovarea Sanatatii si
Educatie pentru Sanatate

**1.1. Organizarea si desfasurarea Campaniilor IEC destinate celebrarii zilelor
din Calendarul National**

CAMPANIA IEC
LUNA SANATATII
APRILIE 2020

DEZVOLTĂ STIMA DE SINE

Copilul trebuie sa fie ajutat sa-si dezvolte respectul de sine, astfel, va beneficia de impulsivitatea semnificativa a sanatatii sale mintale

Iată câteva modalități prin care copilul poate fi ajutat sa-si dezvolte stima de sine:

Sa i se ofere laude autentice, realiste!

De exemplu: „*Tu esti cel mai destept copil din toată școala*”, nu va ajuta copilul sa-si dezvolte stima de sine într-un mod sănătos. Se evită lauda pentru lucruri pe care nu le poate controla, precum aspectul în care arată sau cât de inteligent este. În schimb, trebuie laudat efortul !

Sa i se ofere oportunități pentru independență!

Copiii se simt mai bine atunci când sunt capabili să facă lucrurile singuri. Asadar, dacă copilul este învățat cum să se îmbrace singur sau i se arate că cei din jur au încredere în el sa-si facă propriul sandvis, se va simți mai competent.

Dialogul interior!

Când copilul spune ceva de genul „*Nu voi fi niciodată bun la matematică*” ,deci spune lucruri negative despre el insusi, trebuiesc puse întrebări de genul: „*Ce ai putea face pentru a fi mai bun?*” ! Copilul trebuie sa fie educat să tragă concluzii mai sănătoase!



**MINISTERUL SĂNĂTĂȚII
DIRECTIA DE SĂNĂTATE PUBLICĂ A
JUDETULUI CONSTANTA
Compartiment Promovarea Sanatatii si
Educatie pentru Sanatate**

Încurajarea copilul să dezvolte noi abilități!

Copilul trebuie să-și exploreze talentele și interesele. Sa fie implicat în activități și încurajat să muncească din greu pentru a fi mai bun.

Parintii trebuie sa fie bune modele

Un copil care isi vede părintele că se indoieste de propria valoare este mai probabil să imite acel comportament! Parintele trebuie sa aiba respectul de sine puternic, astfel încât să poata fi un model pozitiv pentru copil!

