

小学生个性问题咨询案例五：自卑 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/60/2021_2022__E5_B0_8F_E5_AD_A6_E7_94_9F_E4_c38_60773.htm

小锐是个内向的孩子，从一年级开始就不敢举手发言，与同学、教师交往时总是怯生生的，参加活动也不积极。教师问他为什么，他想了半天，终于小声地说：“我觉得什么都不如别人，别人都比我好。”[分析]小锐的症状是典型的自卑表现，总感觉自己不如别人，什么都比别人差，做什么事都缺乏信心，担心做不好，怕被人耻笑；一旦学习成绩不好或下降，则处处贬低自己，孤立自己，不愿与人交往。易自卑的孩子常常沉默内向，情绪低落，自幼少受鼓励和表扬，在自我意识的形成阶段里，父母、教师等外部评价性质消极，致使孩子内心的自我评价看不到自己的闪光点，把自己的缺点无限扩大化，没有必要的自信。[方法]1．明确小学生自卑的原因，对引起自卑的原因加以消除和调整，鼓励孩子用一方面的优越来弥补另一方面的自卑。2．帮助孩子全面认识自我，相信自己的优点，接受自己的缺点，只有意识到有缺陷才会追求进步。3．让小学生在日常小事中尝试克服自卑，如昂首挺胸地走路，主动参加活动，主动当众表演。4．逐步引导小学生勇于面对错误和失败，一个人不可能永远不犯错误，处处比别人强，更不要拿自己的缺点总和别人的优点比。5．教会小学生经常进行自我鼓励、自我暗示，如“没关系，我能行”“我能干好”“我感觉不错”。100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 www.100test.com