

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида №15 «Пчёлка» станицы Пшехской
муниципального образования Белореченский район

Консультация для родителей «Как сформировать уверенность ребенка в себе и развить положительную самооценку?»



Воспитатели:

Кучук – хусейнова З . Х

Ст.Пшехская

Самооценка - это оценивание человека самого себя и она начинается уже в раннем детстве. Часто мы слышим: «Ты уже такой большой, а завязывать шнурки (есть кашу, читать, др.) так и не научился!» Родители не задумываются над тем, что именно из их оценок, в первую очередь, и складывается мнение ребенка о себе. Именно в семье ребенок узнает, любят ли его, принимают ли таким, каков он есть, сопутствует ли ему успех или неудача.

Как проявляется уровень самооценки в поведении?

Активность, находчивость, бодрость, чувство юмора, общительность, желание идти на контакт — вот те качества, которые свойственны детям с **адекватной самооценкой**. Они охотно участвуют в играх, не обижаются, если оказываются проигравшими.

При **завышенной самооценке** дети во всем стремятся быть лучше других. Часто от такого ребенка можно услышать: «Я — самый лучший (сильный, красивый). Вы все должны меня слушать». Он часто бывает агрессивен с теми детьми, которые тоже хотят быть лидерами.

Пассивность, мнительность, повышенная ранимость, обидчивость часто свойственны детям с **заниженной самооценкой**. Они не хотят участвовать в играх, потому что боятся оказаться хуже других, а если участвуют в них, то часто обижаются. Иногда дети, которым дается негативная оценка в семье, стремятся компенсировать это в общении со сверстниками.

Вербально и невербально взрослый сообщает ребенку, что верит в его силы и способности. Ребенок нуждается в поддержке не только когда ему плохо, но и когда ему хорошо. Поддержка основана на вере в способности ребенка преодолевать жизненные трудности при помощи значимых взрослых.

Случается, что поведение ребенка не устраивает взрослого. Именно в такие моменты родители и педагоги должны предельно четко показать ребенку, что — «Хотя я не одобряю твоего поведения, я по — прежнему уважаю тебя как личность». Для того чтобы оказать ребенку психологическую поддержку, взрослый должен пользоваться теми словами, которые работают на развитие положительной оценки и формирования его уверенности в себе.

Советы родителям по формированию адекватной самооценки ребенка:

- Не оберегайте ребенка от повседневных дел, не стремитесь решить за него все проблемы, но и не перегружайте его. Пусть малыш поможет с уборкой, сам полетит цветок, получит удовольствие от сделанного и заслуженную похвалу.

- Поощряйте в ребенке инициативу.

Не забывайте, что малыш внимательно наблюдает за Вами. Показывайте своим примером адекватность отношения к успехам и неудачам.

- Не сравнивайте ребенка с другими детьми. Сравнивайте его с самим собой (тем, какой он был вчера или будет завтра).

- Не бойтесь искренне любить своего ребенка и показывать ему свою любовь!

Слова и фразы, поддерживающие ребенка:

- Зная тебя, я уверен, что ты сделаешь все хорошо.
- У тебя все получится!
- Что ты думаешь по этому поводу?
- Это серьезное дело, и я уверена, что ты с ним справишься.
- Я горжусь тобой!
- Я рад твоей помощи.
- Спасибо тебе.
- Хорошо, благодарю тебя.
- Я рад, что ты в этом участвовал.
- Все идет прекрасно!
- Здорово, замечательно.
- Я верю в тебя.
- Даже если что – то произошло не так, как тебе хотелось, для тебя это было хорошим уроком.
- Все мы люди и все мы совершаем ошибки. В конце концов исправляя свои ошибки, ты тоже учишься.

Поведение и действия, поддерживающие ребенка:

- Обнять его, дотронуться до руки, мягко поднять подбородок ребенка, приблизить свое лицо к его лицу.
- Посидеть, постоять, поиграть с ребенком, беседовать с ним и слушать его.
- Выражение лица: улыбка, подмигивание, кивок, смех.

Слова и фразы, разрушающие веру ребенка в себя:

- Зная тебя и твои способности, я думаю, ты смог бы сделать гораздо лучше.
- Ты мог бы постараться сделать лучше.
- Ты с этим не справишься.
- Это для тебя слишком трудно, поэтому я сама это сделаю.
- Ты бессовестный!
- Ты плохой ребенок!
- Ты ничего не понимаешь.
- Я тебя больше не люблю.

Поддерживать ребенка - значит верить в него!