

Шпаргалки для заботливых родителей

Формирование положительной самооценки у детей.

Сегодня проблема благополучия эмоционального самочувствия детей стоит очень остро. Полноценное формирование личности ребёнка не может проходить в условиях психологического дискомфорта. Каким будет человек - уверенным в себе или нет, активным или пассивным - это во многом зависит от семейного воспитания, и прежде всего от образа «Я», который складывается под воздействием этого воспитания.

Отношение ребёнка к себе, его самооценка - очень важный показатель эмоционального самочувствия. Если малыш слышит о себе только плохое, если его чаще ругают, чем хвалят, едва ли он будет чувствовать себя нужным и любимым. А тогда - зачем к чему-то стремиться, зачем стараться стать лучше? Такие дети часто становятся замкнутыми или даже агрессивными, у них пропадает интерес к познавательным занятиям, а в дальнейшем к школьному обучению. Похвала родителей необходима ребёнку. Но, само собой разумеется, что не стоит хвалить его по самому незначительному поводу. Если он хорошо себя вёл, или нарисовал красивый рисунок, или впервые успешно что-то сделал - похвалите его обязательно. При этом старайтесь оценивать не способности ребёнка в целом, а те усилия, которые он приложил к выполнению вашего задания или поручения.



Положительное представление ребёнка о своих возможностях - вот что обеспечивает мотивацию детей в гораздо большей степени, чем истинный уровень этих возможностей. Ребёнок может быть от природы очень способным, но если он не верит в свои силы, боится себя проявить - свои способности реализовать он не сможет. Если уровень «я могу» ребёнка достаточно высок, он будет с удовольствием выполнять всё то, что вы ему предлагаете, и, в конце концов, добьётся успеха. Поэтому в любой деятельности, особенно новой, больше его подбадривайте и помогайте верить в свои силы.

Другой психологический момент - отношение к ошибкам. Постоянные указания на ошибки сильно сказываются не только на чувствительных и ранимых детях, но даже и на внешне спокойных. Страх быть неуспешным, не оправдать ожиданий взрослых существенно снижает уровень «я могу» ребёнка. Поэтому очень важно снизить у детей страх перед ошибками, научить воспринимать их как обычное, нормальное явление. Неуверенные в себе дети могут замечать свои собственные ошибки, но не видеть их у других. Очень важно изменить эту установку, показывать на примерах, что каждый человек делает ошибки и нет таких людей, которые не ошибаются. Почаще рассказывайте ребёнку об ошибках, в том числе и о своих, а также о том, чему на них стоит учиться. Спросите его: «Что ты можешь сделать, чтобы больше не повторить эту ошибку»

или неверный поступок?» Если ребёнок затрудняется, подскажите ему. Под воздействием таких бесед он сам овладеет способами исправления своих ошибок.



Расскажите ребёнку о том, что ошибка - это показатель активности человека, а активность всегда приветствуется. Не позволяйте вашим детям впасть в уныние от количества допущенных ошибок или неверных поступков. Поддерживайте их, почаще демонстрируйте им свой оптимизм. Ведь не ошибается тот, кто ничего не делает. При таком воспитании ваш ребёнок будет стремиться достигнуть успеха, а не избегать неудачи.

С этой же целью (развитие у детей стремления к достижению успеха) избегайте постоянного подчёркивания промахов ребёнка. Также не следует обращать на них внимания в присутствии его сверстников или посторонних взрослых. Если вы не уверены в том, что ребёнку окажется под силу ваше задание, разбейте его на более мелкие - такие, с которыми он может справиться. Хвалите ребёнка даже за самую попытку выполнить ваше задание.



К сожалению, в реальной жизни мы более склонны замечать в поведении наших детей плохое, потому что не можем оставить без внимания плохой поступок, да и не должны этого делать. Но похвалить за хорошее, за старание, стремление доставить радость другим гораздо важнее, чем поругать за шалость или непослушание. Внушите ребёнку, что он самый хороший и любимый, а потом постепенно рассказывайте ему, что значит быть хорошим. Верьте в своих детей, помогайте им, опирайтесь на их сильные стороны.

Шпаргалку подготовила воспитатель:

Кириллова Маргарита Александровна по материалам интернет – сети, сайт «Советы педагогов»