

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ – ЦЕНТР
РАЗВИТИЯ РЕБЁНКА ДЕТСКИЙ САД №36 «ЛАСТОЧКА» Г. СВЕТЛОГРАД

Консультация для родителей
по теме: «Формируем правильную самооценку у детей».

Подготовил: учитель - логопед
МКДОУ ЦРР ДС №36
«Ласточка» г. Светлоград
Рогачева С.В.

Светлоград, 2023г

Самооценка является основным элементом личного формирования детей. Детское развитие в обучении, а также хороших отношениях и построение личного счастья будет зависеть от их степени самооценки. Когда ребенок приобретает хорошую самооценку, он чувствует себя компетентным, уверенным и ценным. Это помогает ему быть ответственным человеком, свободно общаться и относиться к другим соответствующим образом. Напротив, ребенок с низкой самооценкой не будет доверять своим возможностям или другим людям. Детям с низкой самооценкой характерны следующие черты:

Его поза и манера вести себя принимает закрытое положение. Например, с изогнутыми плечами, использует слабый тон голоса, ходит с опущенной головой, бегающий взгляд из-за боязни смотреть другим в глаза.

Ему кажется что другие не испытывают к нему интереса, поэтому он не пытается понять чувства других. В группе дети с низкой самооценкой никогда не являются лидерами наоборот самоограничиваются. Обычно такие дети не говорят о себе хорошо, а иногда и о других из-за зависти или тенденции сосредотачиваться на негативе.

У них есть трудности в принятии решений, потому что они не доверяют своим критериям. Страх неудачи и разочарований мешают им делать что-то по собственной инициативе.

Они не способны к истинным дружеским отношениям, так как не верят во взаимность.

Часто хвастаются материальными вещами, чтобы завоевать уважение или признание своих сверстников.

Обычно много фантазируют и переоценивают собственные способности, которые не поддаются проверке в школьной среде. А чтобы не быть обнаруженными во лжи говорят, что рассказанное ими событие произошло с ними не в этом городе, деревне либо стране.

Если заниженная самооценка у ребенка он будет чувствовать себя хуже других людей. Следовательно, будет вести себя более робко, критично или агрессивно.

Когда сталкиваются с новой или трудной задачей, то их неумение ее решить или преодолеть может сопровождаться слезами либо агрессией. Они импульсивны. Для них неудача является результатом их интеллектуальных способностей, а успех приписывается случайности. Поэтому им трудно поверить в искренность похвалы в свой адрес. Им не хватает энергии.

Часто довольно таки неряшливы, потому что не беспокоятся о своем внешнем виде.

Их мало интересует собственное будущее.

Они пассивны и избегают трудных ситуаций, с которыми, по их мнению, им не справиться.

Он может быть застенчивым или наоборот, раздражительным, надменным, агрессивным. Ему чужда собственная инициатива в отношениях с другими.

Плохо реагирует на критические замечания или суждения других (одноклассники, учителя, родители, отвечает на них злобно, категорически.

Когда самооценка у ребенка низкая он часто замыкается в себе, предпочитает одиночество.

Ему трудно справляться с разочарованиями и неудачами, это его деморализует. Сильно эмоционально расстраивается, когда получает критику в свой адрес. Либо испытывает сильное чувство неловкости из-за того, что стал чьим-то центром внимания.

У него плохое мнение о себе, имеет склонность преуменьшать или недооценивать собственные способности и ресурсы.

В его словах часто прослеживается пессимизм, как будто все действия, которые он должен выполнять, обречены на провал.

Часто сравнивает себя с другими, притом не в свою пользу. Боится браться за любые поручения, особенно новые дела, а, желая скрыть свою боязнь, придумывает много отговорок либо задает слишком много вопросов.

Зная, как выглядят, ведут и чувствуют себя дети с заниженной самооценкой, спросите себя: «*хотелось бы вам подобного будущего своему чаду*»? Наверняка нет, тогда что можно сделать, чтобы поднять самооценку своим детям? Как повлиять на развитие адекватной самооценки у ребёнка? Самооценка ребенка — это его настоящее зеркало, которое учит тому, кто он, какие навыки у него есть и как он развивается благодаря приобретенному опыту.

Это результат отношения между характером и окружающей средой, в которой он развивается.

Важно, чтобы дома малыш чувствовал себя комфортно, а в семье всегда были любовь, взаимопонимание, доверие и уважение. Счастливые дети развиваются более гармонично и вырастают уверенные в себе.

Сосредоточьтесь на позитиве. Позитивный настрой родителей создает более здоровую и спокойную среду для ребенка. Эта атмосфера обеспечит ему большую безопасность и поможет научиться, даже в трудных ситуациях видеть положительную сторону.

Необходимо поощрять самостоятельность ребёнка. Чем раньше он научится оценивать свои силы в какой-либо деятельности, тем смелее в дальнейшем будет браться за выполнение разной работы. Во взрослом возрасте такие люди могут соотносить свои возможности с окружающей обстановкой и брать на себя то количество обязанностей, которое способны выполнить. Ценный навык в современном мире.

Запомните в том, как повысить самооценку и уверенность ребенку важно понять, что любить надо не за что-то, а просто так (*сообщая об этом ребёнку*).

А вот хвалить следует за конкретные старания и достижения, даже самые маленькие, делая акцент на его сильных качествах.

Нельзя препятствовать проявлению детской инициативы. Вредны фразы: «*У тебя это не получится*» или «*Ты сделаешь это плохо, давай лучше я*». Такая позиция родителей сформирует у крохи лишь комплекс неполноценности, и в будущем он может испытывать страх перед любой деятельностью, так как посчитает, что не способен её выполнить.

Важно хвалить, но не перехваливать. Ведь можно воспитать зазнайку, если постоянно чрезмерно хвалить ребенка. Малыш будет думать, что он самый лучший и Земля вертится вокруг него, все для него. Если в поведении ребенка проявляются эти черты, необходимо провести с ним беседу по этому поводу, объяснив, что вести себя высокомерно по отношению к другим людям — плохо. Это не хорошая черта характера. Его отношение к людям должно быть таким, какое он хочет видеть к себе.

Нельзя сравнивать своё чадо с другими детьми, иначе он может вырасти тревожным и неуверенным в себе. Всегда следует опираться на его индивидуальные особенности. В том, как поднять самооценку у ребенка, запомните нельзя навешивать ярлыки.

Любая критика должна относиться не к личности ребёнка, а только к его действиям. Не стоит бросать обвинения в стиле: «Не будь неумехой!» Гораздо благоприятнее фраза: «Ты же у меня способный, а сейчас ленишься. Попробуй ещё раз, и всё получится!» Важно всегда демонстрировать веру в своего ребёнка. Это подкрепляет его самооценку и вызывает желание проявлять инициативу.

Необходимо приучать детей быть опрятными, следить за своим внешним видом. Если они привыкнут выглядеть достойно, то будут выше себя оценивать.

Нельзя игнорировать совершение ребёнком плохих поступков. Надо обязательно указывать ему на это и говорить, как следует поступать в подобных ситуациях, то есть направлять в нужное русло. Как родители вы не можете избавить свое чадо от совершения ошибок, они будут их совершать, но и учиться на них. Так детки научатся тому, что действия имеют последствия.

Повышение самооценки у детей возможно, только если вы поможете им учиться на своих ошибках. Учите детей рассматривать ошибки как способы научиться чему-то новому, положительному. Учите тому, что всегда лучше попробовать что-то и допустить ошибку, чем ничего не делать из-за боязни неудачи. Важно помнить, что чрезмерная опека довольно часто провоцирует развитие низкой самооценки, поскольку ребёнок вырастает несамостоятельным и может даже не представлять своих способностей. Чем позже он начинает сталкиваться с трудностями, тем больше обжигается. Необходимо учить доводить начатое до конца. Чем больше завершённых дел в копилке у человека, тем выше его удовлетворённость собой. Вознаграждайте усилия независимо от результата. Важно ценить усилия детей, независимо от того, преуспели они или потерпели неудачу. Так вы поможете ребёнку понять, что его тяжелая «*работа*», даже если вышла неудачной всегда будет вознаграждена родителями. Проводите время с детьми. Даже если очень вы заняты, постарайтесь провести качественное время со своими детьми. Вам это поможет построить лучшие отношения, а детям почувствовать, что их любят, поддерживают и ценят.