

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
№103 «ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА»

Консультация для воспитателей старших групп

«Как поддержать у ребенка положительную самооценку?»



Самооценка начинает формироваться в дошкольном периоде под влиянием окружения ребенка и среды.

Самооценка — это оценка личностью своих возможностей, качеств и места среди других людей.

Стремление понять и поддержать ребенка, искреннее участие и сопереживание, чувство психологической защищенности — вот составляющие для формирования позитивной адекватной самооценки у ребенка.

Ребенок с завышенной самооценкой может считать, что он во всем прав. Он стремится к управлению другими детьми, видя их слабости, часто перебивает, относится к другим свысока, всеми силами старается обратить на себя внимание. *От ребенка с завышенной самооценкой можно услышать: "Я самый лучший".* При этом ребенок не замечает своих слабостей.

Если **самооценка ребенка занижена**, он тревожен, неуверен в собственных силах. Такой ребенок все время думает, что его обманут, обидят, недооценят, всегда ожидает худшего, выстраивает вокруг себя стену недоверия. Он стремится к уединению. Такие дети плохо адаптируются к новым условиям. При выполнении любого дела настроены на неудачу, находя непреодолимые препятствия. Дети с заниженной самооценкой зачастую отказываются от новых видов деятельности из-за страха не справиться, переоценивают достижения других детей и не придают значения собственным успехам. *У таких детей есть опасность формирования установки "Я плохой", "Я ничего не могу", "Я неудачник".*

При **адекватной самооценке ребенок** создает вокруг себя атмосферу честности, ответственности, сострадания и любви. Он чувствует, что его ценят и уважают. Он верит в себя, хотя способен попросить о помощи, способен принимать решения, может признавать наличие ошибок в своей работе. Он ценит себя, а потому готов ценить и окружающих. У такого ребенка нет барьеров, мешающих ему испытывать разнообразные чувства к себе и окружающим. Он принимает себя и других такими, какие они есть.

Если хвалить, то правильно.

Большое значение в формировании самооценки ребенка имеет заинтересованное отношение взрослого, одобрение, поддержка и поощрение — они стимулируют деятельность ребенка, формируют нравственные привычки поведения.

Если ребенок не получает своевременного одобрения в процессе деятельности, у него появляется чувство неуверенности.

Однако хвалить тоже надо правильно! Не надо хвалить ребенка в следующих случаях:

1. За то, что достигнуто **не своим трудом** — физическим, умственным или душевным.
2. Не подлежит похвале **красота, здоровье. Все природные способности как таковые**, включая и добрый нрав.
3. **Игрушки, вещи, одежда, случайная находка.**
4. Нельзя хвалить из жалости.
5. Из желания понравиться.

Похвала и поощрение: за что?

1. Важно поощрять любое **стремление ребенка к самовыражению и развитию.**
2. Обязательно хвалите детей **за любые заслуги:** за победу на спортивных соревнованиях, за красивый рисунок.
3. Одним из приемов похвалы может быть **аванс**, или похвала за то, что будет. Одобрение заранее внушит малышу веру в себя, свои силы: "Ты это сможешь!". "Ты это почти умеешь!", "Ты обязательно справишься!", "Я в тебя верю!", "У тебя все получится!" и т.д. **Похвала ребенка с утра** — это аванс на весь долгий и трудный день.

Приемы для повышения самооценки ребенка:

1. Попросить совета как у равного или старшего. Обязательно при этом последуйте совету ребенка, даже если он далеко не лучший, так как воспитательный результат важнее любого другого.
2. Попросите о помощи как у равного или старшего.
3. Есть моменты, когда и всемогущему взрослому нужно побыть младшим — слабым, зависимым, беспомощным, беззащитным... от ребенка!

Уже в 5-7 лет этот прием, время от времени употребляемый, может дать чудодейственные результаты. И особенно с подростком, в отношениях "мать-сын" — если хотите воспитать настоящего мужчину.

Приемы для нормализации завышенной самооценки ребенка:

1. Учите ребенка прислушиваться к мнению окружающих людей.
2. Спокойно относиться к критике, без агрессии.

3. Учите уважать чувства и желания других детей, так как они так же важны, как и собственные чувства и желания.

Для развития адекватной самооценки у ребенка

1. Ставьте перед ребенком посильные задачи, чтобы он смог почувствовать себя умелым и полезным.
2. Не перехваливайте ребенка, но и не забывайте поощрять, когда он этого заслуживает.
3. Поощряйте в ребенке инициативу.
4. Показывайте своим примером адекватность отношения к успехам и неудачам.
5. Не сравнивайте ребенка с другими детьми. Сравнивайте его с самим собой (тем, каким он был вчера или будет завтра).
6. Анализируйте вместе с малышом его неудачи, делая правильные выводы. Вы можете рассказать ему что-то на своем примере, так ребенок будет чувствовать атмосферу доверия, поймет, что вы ближе к нему.

Информацию подготовила педагог-психолог А.Е. Радионова