

Консультация для родителей «Формирование адекватной самооценки у ребёнка»

Основы самооценки закладываются в раннем детстве. В период кризиса трёх лет ребёнок начинает особенно остро испытывать потребность быть хорошим в глазах окружающих. С одной стороны, он стремится утвердить свою личность, независимость, самостоятельность, с другой – совершая самостоятельные поступки, ждёт положительной оценки взрослых. То, как взрослые относятся к достижениям малыша, влияет на формирование его самооценки.

Ребёнок с завышенной самооценкой:

- считает себя центром Вселенной;
- стремится командовать сверстниками;
- настаивает на своей правоте;
- смотрит на всех свысока;
- не считается с мнением других людей, перебивает их в разговоре;
- принижает достоинства сверстников;
- во что бы то ни стало, старается привлечь к себе внимание.

Ребёнок с заниженной самооценкой:

- стремится к уединению;
- не доверяет людям;
- не уверен в собственных силах;
- нерешителен, тревожен, пессимистичен;
- боится, что его обидят, поднимут на смех, не оценят по заслугам;
- часто отказывается от новых проектов из-за страха потерпеть неудачу;
- переоценивает достижения сверстников, а собственным не придаёт должного значения.

Проявляйте искренний интерес к деятельности ребёнка. Не отмахивайтесь, не ссылайтесь на занятость, когда он пытается показать вам, какую башню из кубиков построил, даже если вы видели уже сто таких башен в его исполнении. Внимание и одобрение стимулируют деятельность ребёнка, придают ей значимость.

Хвалите чаще. В возрасте трёх лет ребёнку очень важно быть хорошим в глазах окружающих. Находите как можно больше поводов отметить его заслуги. Любые мелочи могут быть достойны похвалы: самостоятельно собрался на прогулку, почистил зубы, убрал игрушки, нарисовал зайку. Вместе с тем не стоит перехваливать и преувеличенно выражать восторги по любому поводу.

Критикуйте с умом. Если вы только и делаете, что целый день ругаете малыша (испачкал одежду, разбросал фломастеры, не помыл руки, да и зайка получился так себе), у него начнёт формироваться комплекс вины и страх перед вашей оценкой.

Не сравнивайте поведение и достижения ребёнка с тем же самым у других детей. Иначе он может подумать, что вы считаете его хуже. Лучше приводите в пример его собственные поступки и результаты: «Смотри-ка, сегодня у тебя зайка получился лучше, чем в прошлый раз». Это вдохновит ребёнка на дальнейшие занятия.

Позвольте малышу почувствовать свою значимость. Вы можете спросить его мнения или даже попросить его совета и помощи, как у равного. Например, как он считает, какое платье вам стоит одеть на прогулку? Желательно при этом последовать его совету, даже если он далеко не самый лучший.

Давайте ребёнку возможность почувствовать себя умелым и полезным: позвольте ему проявить себя, поручив какое-то посильное дело. Приветствуйте его инициативу, если он решил помочь вам накрыть стол или подмести пол.

Учите ребёнка уважать чувства и желания других детей и взрослых.

Подготовила: воспитатель: Попова Е.А.