

Консультация для родителей.

Самоуважение – как путь к успеху!

**Материал подготовлен
воспитателем
высшей категории
Болговой Е.Л.**

Самоуважение – одно из социальных чувств человека, которое связано с развитием такого личностного качества, как уверенность в себе. И то, и другое играет существенную роль в формировании личности ребенка. Они влияют на его активность в достижении любых целей. Уверенный в себе ребенок внутренне ориентирован на приложение существенных усилий для получения высоких результатов. Если же у него низкое самоуважение, то он интуитивно ориентирован на уменьшение своих усилий и избегает активной деятельности, поскольку опасается возможной неудачи.

Самоуважение и уверенность в себе влияют также на эмоциональный фон любой деятельности, давая ей позитивную или негативную окраску. Ребенок, уверенный в себе, принимается за выполнение заданий в радостном, приподнятом настроении, с интересом, поскольку верит в себя. Он легко контактирует со взрослыми и сверстниками, полагая, что окружающие желают с ним общаться.

Высокий уровень самоуважения - очень ценная черта характера ребёнка. Начало формирования самоуважения закладывается еще в младенчестве и ко времени, когда дети достигают дошкольного возраста (от 3 до 7 лет), они уже имеют готовый базис. Уверенность в своих силах помогает ему справиться с трудностями роста. Самоуважение рождается из признания собственных достоинств.

Если ребёнок делает что-то хорошее, он чувствует удовлетворение. Когда он часто добивается успеха, у него появляется вера в свои

способности. Ребёнок хочет научиться всему тому, что умеют другие дети и взрослые. Он стремится постичь все новые и новые виды деятельности.

Ребёнку, которому не хватает чувства уверенности в себе, нужно дать возможность проявить свои способности. Каждый ребёнок что-то умеет делать хорошо. Вопрос в том, что именно. Родители должны задуматься: «Что даётся ребёнку легче всего?» Понаблюдайте за своим ребёнком. Посмотрите, чем он любит заниматься, какие виды деятельности предпочитает. Скорее всего, он будет выбирать такие дела, которые ему удаются. Обеспечьте вашего начинающего художника цветными карандашами, фломастерами и бумагой, дайте ему мелки или акварельные краски; если вашего ребенка отличает большая мышечная активность, вместе проведите время за спортивными играми; включайте вашему маленькому меломану песенки и ролики с красивой музыкой, и купите ему музыкальные инструменты, на которых ему хотелось бы научиться играть.

Взрослые должны так организовать жизнь детей, чтобы они могли подтверждать и развивать свою успешность. Очень важно поддерживать энтузиазм детей. Иногда родителям следует пересмотреть свои взгляды на то, какие занятия подходят мальчикам, а какие девочкам. Мальчик может предпочесть танцы и песни, а девочка - каратэ. Главное, чтобы родители проявили понимание. Интересы детей часто меняются, но чувство того, что родители их понимают, останется на всю жизнь.

Есть и другие способы развить успехи детей. Пусть ребёнок выполняет какие-нибудь несложные поручения. Он может, например, расставить тарелки на столе, подмести на кухне после обеда. Ребёнок бывает очень доволен, когда нарисованный им рисунок вешают на стену или холодильник. Важно, чтобы он успешно справлялся с новыми видами деятельности. Успех в данном случае определяется не столько конечным результатом, сколько стремлением ребёнка научиться чему-то новому.

Разделите задание для ребёнка на серию маленьких заданий. Когда он выполнит первое, переходите ко второму, третьему и т. д. Хвалите его по ходу дела. Не торопите ребёнка и не спешите что-нибудь сами за него сделать. Этим вы заставите его почувствовать себя некомпетентным. Затраченное вами время и усилия окупятся сторицею - ребёнок будет уважать себя.

Проводите как можно больше времени с ребёнком. Он поймёт, что его ценят. Он чувствует свою значимость, когда родители откладывают ради него разные важные «взрослые» дела. Прислушивайтесь к мнению ребёнка. Девочка почувствует себя счастливой, если мама спросит, какое блюдо приготовить на обед или какое платье надеть в гости. Для ребёнка это чудесное переживание - когда взрослые воспринимают его серьёзно.

Похвала - основа формирования самоуважения. Это признание достоинств ребёнка. Ребёнок нуждается в том, чтобы его похвалили. Наиболее полезна конкретная похвала. Лучше сказать ребёнку, который едет на велосипеде: «Ты молодец, что остановился на углу», чем просто констатировать: «Ты молодец». Вы подчеркнёте желательное поведение, и ребёнок поймёт, как он должен себя вести, а не только порадует, что он просто «молодец», и не будет знать почему. Нужно научить ребёнка самому признавать собственные достижения, иначе он останется зависимым от мнения других. Добивайтесь, чтобы ребёнок мог оценить собственные умения. Что он умеет делать хорошо? Как он это делает? Если ребёнок приносит из детского сада рисунок, пусть расскажет, почему он ему нравится. Если построил из кубиков дом, спросите, как он сумел их составить.

Сделайте акцент на времени, проведенном весело и увлекательно благодаря музыкальным инструментам или спортивному инвентарю, а не на достижениях в этой области. Процесс более важен, чем конечный результат. Для вашего дошкольника главная цель – испытать радость и почувствовать себя достаточно компетентным, а не стать вундеркиндом.

Связь с миром и принятие себя, как необходимые спутники друг друга, жизненно важны для здоровой самооценки и формирования достойного самоуважения - это один из самых ценных подарков, которые вы можете сделать своему ребенку.