

КАК ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ СТАТЬ УВЕРЕННЕЕ В СЕБЕ

Дошкольный возраст – период интенсивного психического развития, становления важных черт личности ребёнка. Это период первоначального формирования тех качеств, которые необходимы человеку в течение всей последующей жизни.

Помочь ребёнку преодолеть неуверенность в себе, сформировать у него желание общаться – общая задача педагогов и родителей. Эта задача разрешима, но делать это надо, пока ребёнок ещё маленький.

Чем старше становится ребёнок, тем прочнее у него складывается определённый стиль поведения, неуверенный в себе, он начинает отдавать себе отчёт в этом своём «недостатке». Ребёнок не в силах преодолеть этот барьер, поскольку он уже не верит в свои силы, а то, что он фиксирует внимание на особенностях своего характера и поведения, ещё больше сковывает, мешает ему преодолеть свои переживания и трудности.

1. Прежде всего, родителям следует обратить внимание на следующие аспекты:

- ✓ Не нужно лишний раз демонстрировать свое собственное беспокойство и мнительность, ребенок довольно быстро учится перенимать такое поведение, которое в дальнейшем может стать навязчивым.***
- ✓ Не стоит навязывать ребенку то, что он не в состоянии выполнить, часто именно невыполнимые требования к ребенку заставляют его постоянно бояться того, что он не справится с ситуацией и заработает наказание. Это ведет к тому, что ребенок постоянно чувствует неуверенность в своих силах и сам перестает оценивать себя адекватно. Дети начинают врать.***
- ✓ Если взрослые будут каждый раз говорить ему, что он лентяй, потому что приносит плохие оценки, то в скором времени он действительно будет считать себя ленивым, т. к. не оправдывает их ожидания и не получает ни малейшей поддержки со стороны***
- ✓ Не стоит постоянно читать мораль о том, что должен делать "порядочный человек" или "хороший мальчик", или "послушная девочка" и стыдить по любому поводу***

2. *Исключительно важна похвала. Постоянно подкрепляйте в ребенке уверенность в себе и своих силах;*
3. *Расширять круг знакомств ребёнка, чаще приглашать к себе друзей, чаще брать с собой в гости, учить спокойно, относиться ребёнка к новым местам. разнообразить маршруты прогулок – предоставить ребенку определенную меру свободы и открытых действий, сдерживая свое беспокойство и желание все делать за него.*
4. *Привлекайте ребенка к выполнению различных поручений, связанных с общением.*
5. *В сложных ситуациях не стремитесь все сделать за ребенка, но и не бросайте его одного. Предложите справиться с проблемой вместе (не важно, что это — шнурки на ботинках или первая ссора с приятелем).*
6. *Иногда достаточно просто побыть рядом с ребенком, пока он пытается сделать что-то.*
7. *Родительская любовь для ребенка вещь не очевидная; если родители никак не проявляют своих теплых чувств, то ребенок может решить, что его не любят. Это сформирует у него чувство беспомощности и незащищенности, а следовательно, и неуверенности в себе. Преодолеть это чувство помогает телесный контакт. Можно просто погладить ребенка по голове, обнять, посадить на колени. Это никогда не будет лишним ни для малышей, ни для дошкольников.*

Все сказанное отнюдь не означает, что ребенка не следует критиковать. Но, порицая его, следует дать понять, что вы критикуете конкретный поступок ребенка, а ваше отношение к нему не меняется. Можно сказать ребенку: «Мы любим тебя всегда, что бы ты ни сделал, но иногда нам бывает трудно не сердиться (обижаться) на тебя!»

