

Консультация для родителей:

«Как повысить самооценку ребенка старшего дошкольного возраста с нормальным и нарушенным развитием»

Педагог – психолог: Бантюкова Ю.С.

10 ФРАЗ ДЛЯ ПОДНЯТИЯ ДЕТСКОЙ САМООЦЕНКИ



Все знают, как разрушительно действует на психологию человека низкая самооценка. Основы низкой самооценки закладываются в детстве, а её причиной тому является поведение родителей. Авторитарность воспитания становится главной причиной пониженной самооценки детей, что ведёт к появлению неуверенных в себе и несчастных людей.

Ведь наша самооценка – это то, как мы к себе относимся и что

думаем о себе.

Самооценка создаёт определённую атмосферу вокруг человека. Если самооценка высокая, то это – атмосфера доверия, честности, любви. Человек с высокой самооценкой ощущает свою нужность и полезность и поэтому способен принять высокую ценность других людей. Такое ощущение самоценности и высокой самооценки формируется у ребёнка в семье, где существуют доверительные отношения, и любые индивидуальные отличия между людьми считаются нормальными. Все родители хотят, чтобы у их детей была достойная самооценка. Ежедневно общаясь с детьми, мы можем значительно повлиять на самооценку ребёнка, как повысив её, так и понизив.

Если у Вашего ребёнка заниженная самооценка, не отчаивайтесь, так как это поправимо.

Существуют специальные методы повышения самооценки ребёнка:

- Всегда внимательно относитесь к своим словам. Ребёнка нужно хвалить не только за хорошую работу, но и за усилия, которые он приложил.
- Родители являются для своих детей образцом для подражания, они учатся на нашем опыте, перенимают нашу манеру общения. Будьте достойным образцом для подражания.
- Родители должны замечать неправильные суждения ребёнка и указывать ему на них. Когда речь идёт о параметрах красоты и привлекательности, об идеальности человека, дети иногда ставят слишком высокие планки оценки и считают, что не соответствуют им, что в результате влияет на их самооценку, занижает её. Важно объяснить ребёнку, что каждый человек уникален и неповторим и нельзя установить чёткие стандарты для всего.
- Говорите и показывайте ребёнку, что вы его любите. Ваша нежность и ласка будут повышать самооценку ребёнка.
- Ребёнок должен дома ощущать теплоту и понимание с Вашей стороны, чувствовать себя в безопасности. Попробуйте понять, какие проблемы есть у Вашего ребёнка в общении со сверстниками. Всегда оказывайте ребёнку поддержку и понимание. И пусть дом станет для него островком безопасности.
- Также хорошо повышает самооценку ребёнка участие в разных секциях и кружках. Совместное времяпрепровождения и дух соревнования очень полезны для ребёнка.