

«Воспитание уверенности в себе у детей дошкольного возраста»

Уважаемые, родители! Каждый маленький ребенок, как и любой взрослый человек с самого детства хочет получить похвалу родных и близких, услышать поощрение и почувствовать признание, но на пути к этому он встречается с множеством трудностей, которые не всегда удается побороть. **Если родители или близкие люди не помогают в критических или проблемных ситуациях, то человек начинает терять веру в себя, и становится неуверенным.**

А, Чувство неуверенности зарождается еще в самом раннем детстве, когда малыши стремятся порадовать своих родителей, помочь им, подбодрить во всем, и если у них это не получается, а поддержки со стороны нет, начинает формироваться страх повторных неудач.

Неуверенность в себе – это вера в то, что благодаря своим усилиям и стремлениям не получится достичь желаемого результата. Детская неуверенность не выглядит чем-то страшным и опасным, но если над ней не работать, то во взрослом возрасте она может иметь катастрофические последствия для судьбы человека. Чтобы вырастить уверенную в себе личность, важно знать, какие шаги для этого стоит сделать и чем именно можно помочь ребенку.

Главные причины неуверенности в себе у детей:

-Нехватка любви родных и близких. Если ребенку не хватает родительской любви, он инстинктивно считает, что и весь остальной мир относиться к нему также и сам, не желая того, отгораживается ото всех, становясь замкнутым, беспокойным и тревожным человеком.

-Запугивания со стороны взрослых. Некоторые родители, не способные справиться с ситуацией, могут использовать такие устрашающие ребенка фразы, как «если не будешь слушаться, тебя заберут», «если будешь так себя вести, тебя украдет», и так далее. Это производит определенный эффект, но на подсознательном уровне формирует страх и панику у ребенка.

-Отсутствие помощи и поддержки. На пути своего развития и роста, ребенок часто сталкивается с чем-то новым и необычным для себя, и не все задачи ему удается преодолевать. Если родители не оказывают помощи и не поддерживают малыша в трудную минуту, не успокаивают и не решают проблему с ним вместе, то у него формируется страх нового и неизведанного, он боится попадать в незнакомую среду, общаться с новыми людьми, что негативно сказывается на его психологическом состоянии.

Помимо основных причин, может возникать еще множество более мелких ситуаций, влияющих на уверенность в себе. Дети дошкольного возраста, как правило, не имеют ярко выраженных проблем с самооценкой, **поэтому в группе все более-менее равны, но с переходом в школу ситуация резко меняется.**

Хотите, чтобы ваш ребенок с улыбкой отправился завоевывать мир? Тогда научите его быть уверенным в себе. Благодаря этому он будет быстрее заводить знакомства, находить друзей, адаптироваться в новом коллективе.

Он прекрасно знает, чего хочет, но понимает желания других людей. Ему нравится принимать новые вызовы, но лучшим местом под солнцем для него остаются объятия родителей. Именно так выглядит уверенный в себе двухлетний карапуз. Как его таким воспитать? Вот несколько советов.

1. Любите его изо всех сил

Уверенность в себе неразрывно связана с любовью. Если вы проявляете ее к ребенку, тем самым говорите ему, что он является кем-то очень важным и достойным любви. Так малыш учится любить себя, воспринимать и одобрительно относиться к некоторым своим особенностям. Также благодаря этому карапуз чувствует себя в безопасности в этом мире. А это чувство позволяет ему не бояться новых вызовов (например, сделать первый шаг, научиться ездить на велосипеде и т. п.).

Любовь к ребенку можно (и нужно!) демонстрировать различными способами. Мало рассказывать, как сильно вы любите своего малыша – необходимы нежные жесты, объятия, совместные игры и баловство. Смешите его и позволяйте ему рассмешить вас, рассказывайте забавные истории, гримасничайте. И вы станете еще ближе друг другу. Не оставляйте без внимания плачущего карапуза, всегда приходите ему на помощь в сложных ситуациях.

2. Будьте опорой

Ребенок, который всегда может на вас рассчитывать, чувствует себя увереннее и безопаснее. Ему легче браться за новые задания, потому что он знает, что в случае неудачи вы всегда придете ему на помощь: покажете, как построить замок из кубиков, поможете решить проблему с надоедливыми ровесниками в песочнице.

Помните, что ребенок ищет поддержку не только в теплых словах, но и в теплой атмосфере. Вашему малышу наверняка очень нравится, когда вы обнимаете мужа, ведь в этот момент он чувствует себя частью любящей семьи. А свой дом начинает воспринимать как крепость, в которой всегда уютно и безопасно.

3. Позвольте экспериментировать

Заботьтесь о безопасности карапуза, но не путайте ее с чрезмерной опекой. Вы должны позволить малышу приобретать новый опыт: самостоятельно наливать сок в чашечку, кататься на велосипеде и проч. Конечно, первые попытки не будут удачными, но ведь никто из нас не родился с умением самостоятельно кушать, одеваться или подниматься по ступенькам. Всему этому нужно учиться, а потом долго отшлифовывать мастерство. Дайте ребенку шанс познакомиться с интересующими его предметами и освоить новые навыки. Так вы дадите ему понять, что верите в него.

4. Слушайте внимательно

Ваш малыш хочет вам что-то рассказать? Обязательно внимательно выслушайте его (даже если часть слов будет вам непонятна) и ответьте на все вопросы. Кроха должен знать, что в любой момент может прийти к вам с вопросом

и поделиться любой информацией. Благодаря этому ребенок убеждается в том, что для вас он самый важный человек.

5. Объясняйте понятно

Для ребенка окружающий мир кажется очень сложным. Например, малыш не рождается с пониманием того, что нельзя отнимать игрушки у других детей, и вы должны ему все объяснить: «Нельзя так делать. Ты забрал у Кати куклу и она плачет. Игрушку надо вернуть». Чем старше становится карапуз, тем подробнее будут ваши объяснения, ведь теперь вы должны объяснить ребенку, почему какой-то тип поведения хороший, а какой-то нет. Подбирайте понятные ребенку слова, говорите на доступном для него языке.

6. Ставьте четкие границы

Ваши объяснения не всегда дают ожидаемый результат? Тогда позаботьтесь о том, чтобы поставить крохе четкие границы, которые нельзя переступать. Конечно, это не означает, что все решения будете принимать только вы: например, дочка может выбрать платье, которое хочет надеть на прогулку, но она не может отказаться надевать шапку в холодный, зимний день.

Когда ребенок знает четкие правила, это помогает ему вырасти уверенным в себе, ведь он понимает, что ему нельзя, а что зависит от его выбора.

7. Награждайте карапуза

Малыш сам надел кофточку, поделился печеньем с другом, убрал свои игрушки вечером – поводов для похвалы может быть масса. Своими теплыми словами и вниманием к успехам крохи вы достигнете большего, чем упреками и криками. Позитивная реакция мамы убеждает карапуза в том, что нужно учиться, находить друзей, не бояться новых заданий. Ребенок гордится своими успехами и начинает понимать, как нужно себя вести.

8. Станьте хорошим примером

Понаблюдайте за собой: как вы реагируете на новые ситуации? Может, вы их избегаете, опасаясь не справиться или показаться смешной? Если вы сами чувствуете неуверенность, вам будет сложно воспитать малыша бойким и уверенным в себе и своих силах. Работайте над собой! Помните также, что на открытость ребенка в значительной степени влияет его окружение. Поэтому выбирайте приятное место для прогулок: площадку, где малыши играют вместе, а не каждый сам по себе. Общение с ровесниками способствует приобретению социальных навыков, развивает умение заводить знакомства и быстро адаптироваться в новом коллективе.

Помните!

Уверенность в себе не зависит от темперамента. Каждый малыш может вырасти уверенным в себе: как маленький меланхолик, так и холерик. Поддерживайте ребенка во всем!

Он толстенький, у него рыжие волосы, он еще не умеет ходить, хотя его сверстники уже бодренько шагают по площадке? Ну и что?! Это же ваше самое любимое и бесценное сокровище. Самое красивое и умное. И совершенно неважно, что о нем думают другие. Для крохи важнее всего ВАША любовь и поддержка в любой ситуации!