

КАК ВОСПИТАТЬ
У РЕБЁНКА УВЕРЕННОСТЬ
В СЕБЕ?

Консультация для родителей

Подготовила
Стручкова В.П.
педагог-психолог
МБДОУ Харанский
д/с «Кэрэчээн»

2021 г.

Воспитание у ребёнка уверенности в себе должно начинаться с самого раннего возраста. Ведущая роль в этом процессе принадлежит, конечно же, родителям.

Для того чтобы ребенок вырос уверенным в себе, родителям следует взять на заметку следующие советы:

Ежедневно выполняйте вместе с ребенком какую-то рутинную работу.

Когда определенные действия предсказуемы, они происходят примерно в одно и то же время каждый день, ребенок ощущает себя в безопасности, он уверен в себе и может контролировать свой мир. К примеру, если ребенок знает, что после ванны ему обязательно будут читать детскую книгу, затем споют колыбельную, а затем он будет спать, ребенок уже понимает последовательность событий и может подготовить себя к их смене.

Когда же события происходят случайно, хаотично, ребенок обеспокоен, он теряется в собственном мире, вследствие чего ребенок боится исследовать мир. Если же ребенок знает, чего можно ожидать, он полон энергии и готов исследовать все вокруг.

Предоставляйте ребенку больше возможностей для игры.

Именно через игру дети узнают о себе, людях и окружающем их мире. В ходе игры дети также учатся решать проблемы (к примеру, достать мяч, который закатился под диван, одеть куклу, собрать конструктор) и развивают уверенность в себе.

Так, например, ребенок, который нажимает кнопку на игрушке и добивается того, чтобы зазвучала мелодия, начинает понимать, что он своими действиями может что-то сделать и на что-то оказать свое воздействие. Именно через игру дети могут почувствовать себя кем-то другим.

Предоставляйте ребенку возможность решать проблемы.

Выступайте чаще в роли партнера для ребенка, который всегда будет по мере необходимости готов помочь, однако никогда не отнимайте у ребенка инициативы. Если у ребенка что-то не получается, вместе разбирайте ситуацию, вместе думайте над тем, в чем проблема и как можно ее решить (но первым пусть всегда высказывается ребенок).

При решении проблемы (если только у ребенка нет никаких соображений) можно предложить ребенку несколько способов ее решения, но выбор все же оставить за ребенком. Именно принимая самостоятельно решение, ребенок развивает уверенность в себе и своих силах.

Давайте ребенку выполнять те или иные обязанности.

С появлением у ребенка обязанностей (которые он способен выполнить хорошо), у него укрепляется чувство того, что ему доверяют, в его помощи нуждаются, вместе с этим укрепляется и уверенность в себе.

Хвалите ребенка за даже незначительные достижения.

Хвалите ребенка за любые достижения, а для того, чтобы он о них сам не забывал, создавайте

вместе с ним альбом из фото, на которых были бы запечатлены эти маленькие победы (первые шаги ребенка, как ребенок карабкается на кресло, как он впервые научился кататься на велосипеде, как впервые пошел в школу и т.д.).

Поддерживайте ребенка в его стремлении решить задачу, которая у него не получается.

Если у ребенка не получается решить определенную задачу, помогите разложить ее на более простые, с которыми ребенок самостоятельно может справиться, что придаст ему спокойствия, уверенности и ощущения себя в безопасности.

К примеру, если ребенок хочет научиться кататься на скейте, но боится, поставьте на скейт его любимую игрушку и прокатите ее, затем пусть ребенок прокатит самостоятельно другую игрушку, а затем с вашей помощью сам станет на скейт. Для того чтобы придать уверенности ребенку, вы можете сказать, что будете стоять рядом с ним и помогать, если ему понадобится ваша помощь. Самое главное, чтобы ребенок понял, что даже сложные задачи он вполне может решить, и не боялся доводить дело до конца.

Используйте при воспитании ребенка только позитивные утверждения.

Никогда не говорите ребенку фразы "тебе это не под силу", "ты этого не достоин", "тебе в силу своих способностей не стать певцом, танцором, космонавтом и т.д.", "и не мечтай об этом, это нереально".

Своими отрицаниями мы с самого детства способны ограничить ребенка и посеять в нем неуверенность, что в будущем приведет к получению не той профессии, о которой ребенок мечтал, не той работы и т.д. в общем, не того, что ребенок хотел бы для себя. В воспитании следует с самого детства использовать позитивные утверждения "ты с этим справишься", "тебе это под силу", "ты способен на многое", "ты талантлив".