

## **Воспитание самоуважения у дошкольника**

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. Но родители и педагоги дошкольных учебных заведений тоже могут многое сделать и надстроить этот базис таким образом, чтобы ребенок сохранил чувство собственного достоинства в течение всего периода своего роста и развития.

Самоуважение рождается из чувства сопричастности, веры в то, что мы на многое способны, и знания, что наш вклад будет оценен по достоинству. Дети с хорошей самооценкой и развитым чувством самоуважения более гибкие, выносливые, они уверенно проявляют себя, потому что ожидают положительных результатов.



Хотите помочь ребенку сформировать самоуважение уже в раннем возрасте?

### **Способствуйте чувству сопричастности**

Хотя дошкольники еще немного юны для того, чтобы основывать свое самоуважение на восприятии их сверстниками, тем не менее, уже хорошо знают, отличаются ли они от других детей. Обучая ребенка навыкам грамотной игры и взаимоотношений, вы можете укрепить его самоуважение. Еще более важно то, как взрослые относятся к ребенку. Когда они уважают своего маленького дошкольника, внимательно слушают и откликаются на его потребности, ребенок чувствует, что его любят и ценят. В свою очередь, он тоже будет учиться отвечать тем же.

### **Будьте примером для подражания**

Родители, уважающие себя и имеющие адекватную самооценку, естественным образом способствуют формированию самоуважения в своих детях. Если вы чувствуете себя комфортно от того, кто вы есть, существуют отличные шансы, что и ваш дошкольник будет относиться к самому себе хорошо. Дети - великие подражатели, поэтому, когда они видят, что взрослые из их окружения демонстрируют уверенность в себе и уверенность в своих силах, они обучаются такой модели поведения.

Если вы будете с юмором относиться к своим ошибкам и стараться учиться на них, ваш ребенок поймет, что ошибки можно исправить. Дети дошкольного возраста, способные

рискнуть, допуская возможность совершения ошибки, более склонны пробовать что-то новое, экспериментировать и осваивать ранее неизвестные им навыки, что тоже повышает их самоуважение.



### **Способствуйте подходу «могу и делаю»**

Когда ваш дошкольник усердно трудится и достигает успеха, обязательно отметьте его. Не ждите, пока он достигнет своей конечной цели, празднуйте каждый победный шаг на его пути. А также выполняйте следующие действия:

- как только ребенок приобретет определенный навык, предложите ему новый, что сделает его немного гибче и расширит возможности;
- придумайте ему какое-то задание, которое не сокрушит его, но при этом потребует дополнительных усилий;
- укрепите его в мысли о том, что он на многое способен, поскольку справляется с каждым новым вызовом.

Даже маленькие победы способны придать чувство уверенности в себе и укрепить его самоуважение.



### **Определите сильные стороны ребенка**

Будьте осторожны, сравнивая своего ребенка с другими детьми. Если ваш ребенок выражает желание быть похожим на другого ребенка, ответьте ему следующее: «Да, твой друг быстро ездит на велосипеде, и ты тоже хорошо прыгаешь. Покажи мне, пожалуйста, как высоко ты можешь подпрыгнуть». Переведите внимание на вашего ребенка - на то, что у него хорошо получается, в чем лично он преуспевает. Всегда подчеркивайте, что у всех разные навыки и каждый человек по-своему особенный.

## Развивайте таланты

Одним из способов укрепления самоуважения является помощь детям в насыщении их свободного времени продуктивными занятиями.

К тому же очень важно не только поощрять их игры с друзьями, но и такой род деятельности, который пробуждает желание жить и раскрывает смысл жизни.

Лучший способ реализовать сказанное – это развивать таланты и способности вашего ребенка:



- 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 диски с красивой музыкой и купите ему музыкальные

инструменты, на которых ему хотелось бы научиться играть.

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.

Помогите ребенку полюбить и принять все его особенности, чтоб он смог достичь чувства целостности, любви и непрерывной связи как с самим собой, так и с миром. 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.

