



Полноценную личность, которая умеет принимать решения, учитывает мнения других людей, нормально относится к неудачам и старается перешагнуть преграды, стоит воспитывать с раннего возраста. Именно от уверенности в себе и своих силах зависит то, как человек будет идти по жизни.

Как же сформировать правильную самооценку?

Уровни уверенности в себе:

Если у ребенка завышена самооценка, ее можно распознать: в уверенности в собственной правоте; в желании управлять остальными детьми, указывая на слабость каждого, но при этом, не замечая собственных недостатков; в попытках обратить на себя внимание; в агрессии. Дети с высоким самомнением унижают других, относятся свысока, нетерпеливы при общении, могут перебивать собеседника. Часто используют слова - «Я лучший».

При заниженной самооценке ребенку свойственны такие особенности поведения и черты характера: тревожность; неуверенность в себе; страх быть обманутым, обиженным, недооценённым; недоверчивость; стремление к уединению; обидчивость; нерешительность; настрой на неудачи; боязнь не справиться с задачей; недооценка своих успехов. Фразы, которые характеризуют заниженную оценку- «Я плохой», «Я не смогу».

Если у ребенка адекватная самооценка, то это будет выражено: верой в собственные силы; способностью просить помощи; принятием решений; умением признавать свою ошибку и стремлением её исправить. Дети с нормальной самооценкой умеют принимать окружающих такими, какие они есть.

Важность грамотной похвалы.

Для формирования полноценной личности стоит заинтересованно подойти к воспитанию, одобряя, поощряя и используя похвалу. Но следует знать, что не во всех случаях надо хвалить.

Это такие ситуации: если ребенок чего-то добился самостоятельно (не утруждая себя физически или умственно); не допускается хвалить за внешнюю привлекательность, способности; не стоят похвалы игрушки и предметы гардероба; недопустима похвала, если она вызвана жалостью; не хвалите, если таким образом желаете вызвать положительное отношение к себе.

Поощряйте желание ребенка выражать свое «Я» и развиваться. Повысить самооценку можно: если хвалить, а любые мелочи: оценки, победы, а малышкой 5-6 лет даже за первые художественные творения; авансовой похвалой, которая позволит вызвать веру в собственные силы, используя фразы: «У тебя все выйдет», «Я верю, что у тебя получится и т.п.»

Правила наказания

Чтобы сформировалась полноценная личность с адекватной самооценкой, не обойтись без наказаний, которые должны быть справедливыми.

Обязательно стоит проинформировать малыша о том, а что он будет наказан и каким образом. Наказывать необходимо с учетом определенных правил:

Соблюдайте сроки, на которые будет назначено наказание (запрет кататься на велосипеде на два дня, смотреть мультики неделю и т.д.)

Не переходите на личность, то есть избегайте оскорбительных фраз, не акцентируйте внимание на личности.

Не упоминайте старых огрехов, наказание – сейчас и именно за этот поступок, не ворошите прошлое. Запомните, наказали, значит простили!

Должна быть последовательность. Наказывая, вы не должны навредить здоровью. При проявлении сомнений (наказать ли) не нужно наказывать в профилактических целях. За один поступок - одно наказание, которое может быть более или менее строгим (в зависимости от вины).

Нельзя лишать родительского внимания, даже если вы сердитесь. Не забирайте вещь, что подарена. Простите ребенка, если он сделал что-то хорошее (ухаживал за больным и т.п.)

Физический вид наказания опускается исключительно в том случае, когда есть угроза здоровью или жизни (как своему, так и другого человека): игры с огнём, драка со слабым; еще одна ситуация – когда ребенок целенаправленно проверяет границы терпения родителя или изводит детей, которые не могут защитить себя. Необходимо и при физическом виде наказания придерживаться правил: Никогда не запугивайте предстоящей карой, говоря «Я сейчас достану ремень» и т.п. Лучше уж сгоряча шлепать по попе, чем заранее планировать, изводя малыша терзаниями и переживаниями, что вот-вот его ударят. Никакого пристрастия! Не кричите, следите за тем, как вы выражаете эмоции. Физическое воздействие должно быть редким методом воспитания. Не подойдет такой способ влияния на малыша, которому больше 3-х лет, а для детей 7-8- лет это просто унижительно.