

Подготовила Ридель А.В.

воспитатель 1 КК МКДОУ Детский сад «Сказка» г. Игарки

Как воспитать у ребенка уверенность в себе

Мы нередко задумываемся над тем, как же вырастить ребенка уверенным в себе человеком. И немаловажную роль в формировании уверенности в себе, конечно же, играет родительское воспитание. Для того чтобы помочь вашему ребенку вырасти уверенным в себе, вам могут пригодиться следующие рекомендации:

1. Ежедневно проделывайте с ребенком привычную для него последовательность каких-либо действий:

Всем известно, что дети большие консерваторы. Когда определенные события, действия предсказуемы и происходят изо дня в день в примерно в одно и то же время, ребенок ощущает себя защищенным, так как он уверен в себе, и может контролировать свой мир. Например, если малыш знает, что на ночь ему читают книжку, а потом поют колыбельную, а затем он будет спать, он уже понимает последовательность событий и может подготовиться к их смене. Когда же в событиях нет последовательности, и они происходят хаотично, ребенок теряется и становится беспокойным, вследствие чего ему страшно исследовать мир. Но когда малыш знает, что его ждет, он полон сил и энергии и готов познавать все вокруг.

2. Предоставлять больше возможности для игры:

Именно играя, дети узнают больше о себе, о людях, об окружающем мире. В процессе игры дети также учатся решению проблем (например, достать игрушку, упавшую под стол, собрать пирамидку, одеть куклу) и развивают уверенность в себе. К примеру, малыш, нажимая на животик кукле, добивается того, что она скажет «мама», начинает понимать, что своими действиями он может что-то сделать или оказать воздействие. Именно посредством игры дети могут почувствовать себя кем-то другим.

3. Давать возможность решать проблемы:

Выступайте чаще в роли друга для ребенка, который всегда будет по мере необходимости готов оказать поддержку, но никогда не забирайте у ребенка инициативы. В поисках решения (при условии, если у ребенка нет никаких соображений на этот счет) можно предложить ребенку несколько вариантов, но выбор все же, оставьте за ним. Принимая

самостоятельные решения ребенок развивает уверенность в себе и своих силах.

4. Всегда хвалите ребенка, даже за маленькие достижения:

Хвалите за любые достижения, а для того, чтобы он их не забывал, создавайте вместе с ним альбом из фото, на которых запечатлены его маленькие победы (первый шаг, как впервые сам сел на велосипед, пошел в первый класс, и т.д.)

5. Поддерживайте ребенка в его начинаниях:

Если у ребенка не получается решить какую-то задачу, помогите ему разложить ее на более простые, с которыми он сможет справиться самостоятельно - это придаст ему уверенности, спокойствия, ощущения себя в безопасности. Самое главное, чтобы ребенок понял, что даже самые непростые задачи ему под силу, и не боялся доводить начатое до конца.

6. Используйте при воспитании только позитивные утверждения.

Никогда не говорите ребенку фраз: «ты это не осилишь» или «ты это не сможешь сделать» или «ты этого не достоин», «не мечтай об этом, для тебя это нереально». Подобными отрицаниями мы рискуем с самого детства 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. С самого детства используйте такие позитивные утверждения, как: «ты с этим справишься», «тебе это по плечу», «ты можешь многое», «ты у нас молодец», «ты умен, талантлив»