

**На формирование уверенности в детском возрасте влияют различные факторы: отношение к ребенку родителей, сверстников, педагогов, а также первые удачи и поражения. Когда ребенок идет в школу, его качества и способности проходят серьезную «проверку» на прочность. Чтобы это испытание прошло успешно, родителям стоит заранее, с четырех-пяти лет, заняться воспитанием у детей уверенности в себе и своих силах.**

Формирование уверенности у дошкольников: 6 рекомендаций родителям

На сегодняшний день психологи выделяют шесть основных правил, которые помогают тем или иным образом сформировать у ребенка уверенность в себе.

### **1. Начните с себя**

Дети перенимают многие черты характера и особенности поведения родителей. Поэтому прежде чем начать воспитывать уверенность в ребенке, обратите внимание на свои взаимоотношения с супругом (ой). Дети очень болезненно реагируют на родительские ссоры, даже если не являются их участниками или свидетелями. Напряженная атмосфера, царящая в доме после любого конфликта, негативно влияет на эмоциональное состояние ребенка, подрывая его доверие к родителям. Старайтесь проявлять уважение друг к другу при любых обстоятельствах, тогда и ваше чадо будет чувствовать себя увереннее. В семьях, где плохой «микроклимат», дети вряд ли вырастут оптимистами и будут хоть сколько-нибудь социально успешными. Неуверенность родителей в себе передается ребенку, который воспроизводит их низкую самооценку. А она, в свою очередь, может стать причиной его неудачи в любой деятельности – так возникает порочный круг.

### **2. Развивайте коммуникативные навыки**

Уверенность в себе формируется в ходе взаимодействия с другими людьми. Научите ребенка выражать свои желания и чувства. Застенчивые дети зачастую идут на поводу у чужих мнений из-за

того, что не умеют или стесняются объяснить окружающим то, что хочется им. Необходимо обучать таких детей навыкам общения со сверстниками. Для этого можно составить перечень фраз, которые помогают построить разговор, и репетировать диалоги на разные темы. Хорошим подспорьем для таких занятий являются сюжетно-ролевые игры, где каждому участнику предоставляется возможность побыть в главной роли.

### **3. Не сравнивайте ребенка с другими детьми**

Сравнивая ребенка с другими детьми, причем не в его пользу, взрослые рискуют сформировать у него комплекс неполноценности, который мешает гармоничному развитию личности. Отсутствие у ребенка уверенности в поддержке родителей приводит к тому, что он начинает чувствовать себя нелюбимым и нежелательным. Для нормального развития детям необходимо находиться в атмосфере любви и психологического благополучия. Ребенку важно быть уверенным, что в трудную минуту родители всегда придут ему на помощь.

### **4. Признайте за ребенком право быть таким, какой он есть**

Нередко взрослые хотят, чтобы их дети обладали какими-то конкретными качествами и способностями, которые они считают полезными для ребенка. Стремясь воспитать их в своем малыше, родители не замечают или не ценят тех качеств, которые есть у ребенка. Старайтесь объективно оценивать свои ожидания от детей: не являются ли они чересчур завышенными? В этом случае ребенка может преследовать страх не соответствовать вашим ожиданиям, боязнь неудачи, которые подрывают основу его веры в себя. Имеет значение и то, насколько хорошо взрослые умеют понимать потребности и интересы своего чада. Примите ребенка как личность. Тогда поводов для упреков станет меньше, а поводов для гордости и похвалы – значительно больше.

### **5. Развивайте таланты и способности**

Помогите найти ребенку такое занятие, которое помогало бы развивать имеющиеся у него способности. Положительный

*результат не только придаст уверенность в своих силах, но и повысит его самооценку. Главное, чтобы эти занятия не были принудительными, иначе они не доставят ребенку ни пользы, ни удовлетворения. Поэтому не настаивайте на том, что именно вам кажется более полезным для него. Предоставьте ему возможность самому определить, чем он хочет заниматься (например, музыкой, спортом или рисованием). На нашем сайте вы можете узнать, как выбрать творческую студию или спортивные занятия для ребенка.*

*Развивайте таланты и способности*