

# Повышение самооценки ребенка.



**Необходимо, чтобы взрослый:**

- ❖ сам **видел** достоинства ребенка;
- ❖ относился к нему **с уважением** (а не только любовью)
- ❖ и **умел замечать** все его успехи (даже самые маленькие).
- ❖ должен **часто хвалить** ребенка, и очень важно **делать это правильно**:  
дети всегда **должны знать**, **ЗА ЧТО** их хвалят, и понимать, что похвала - это не просто отражение настроения родителя, а **оценка его конкретной деятельности.**

Вам лучше заранее продумать, какие положительные качества у ребенка уже имеются, а какие ему необходимо приобрести.



**Как вы можете показать ребенку, что видите его успехи и достоинства?**

## "Копилка достижений"

1. Возьмите какую-нибудь картонную коробку или вместительную банку и вместе с ребенком оформите ее так, как ему хотелось бы, чтобы выглядела копилка его главных ценностей
2. Отдельно приготовьте небольшие листочки бумаги.
3. Введите правило: когда ребенок возвращается домой, он обязательно должен вспомнить и написать на этом листочке какое-то свидетельство успеха, которого он достиг за сегодняшний день.



**Важно:**

чтобы даже в самом неблагоприятном дне ребенок смог найти что-то, что ему удалось.

Родители должны еже  
его успехи, сообщая о  
присутствии другим ч  
(например,  
во время  
общего ужина)



# "Звезда квартиры № \_\_\_\_"

(номер должен совпадать с номером  
вашей квартиры)

- Создайте в вашей квартире небольшой стенд,  
посвященный ребенку.
- Оговорите время его использования, допустим  
неделя или две.

6

В центре стенда  
поместите  
фотографию  
ребенка.

Сам  
застелил  
свою  
кровать



Убрал  
свои  
игрушки

Если детей в вашей семье несколько, то, конечно, нужно создать такой же "звездный" стенд и для других, но использовать их нужно по очереди – "звезда вашей квартиры" должна чувствовать свою исключительность и уникальность в течение отведенного ей времени, получить сполна объем внимания близких, хотя бы в игре не разделяя его с братьями и сестрами.

По истечении срока действия стенда его отдают на память самому ребенку, а тот, если хочет, может разместить его у себя в комнате.

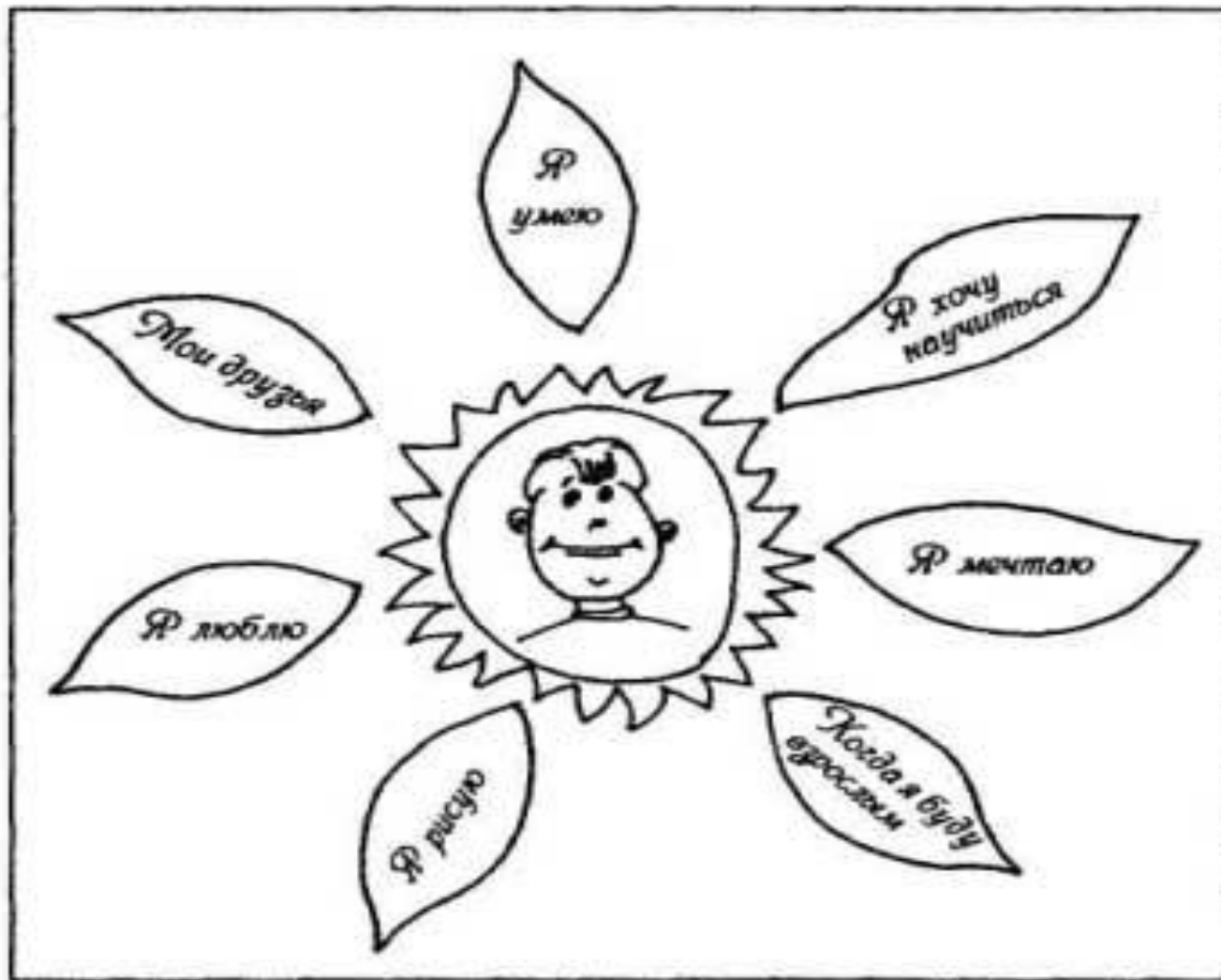
# "Закончи предложение"

- ❑ Возьмите мяч.
- ❑ Объясните ребенку правила игры: вы будете кидать ему мяч и начинать предложение, а он должен бросить его обратно, назвав окончание, пришедшее ему на ум.
- ❑ Все предложения будут касаться ребенка.
- ❑ Одни и те же "начала" могут прилетать к ребенку несколько раз, но придуманные им "окончания" должны различаться.
- ❑ А теперь кидайте ребенку мяч со словами: "Я умею...", "Я могу...", "Я хочу научиться...".

**Каждое начало предложения повторяйте несколько раз, чтобы ребенок осознал, как много он всего умеет, над чем обычно не задумывался, а ведь когда-то он этому научился.**

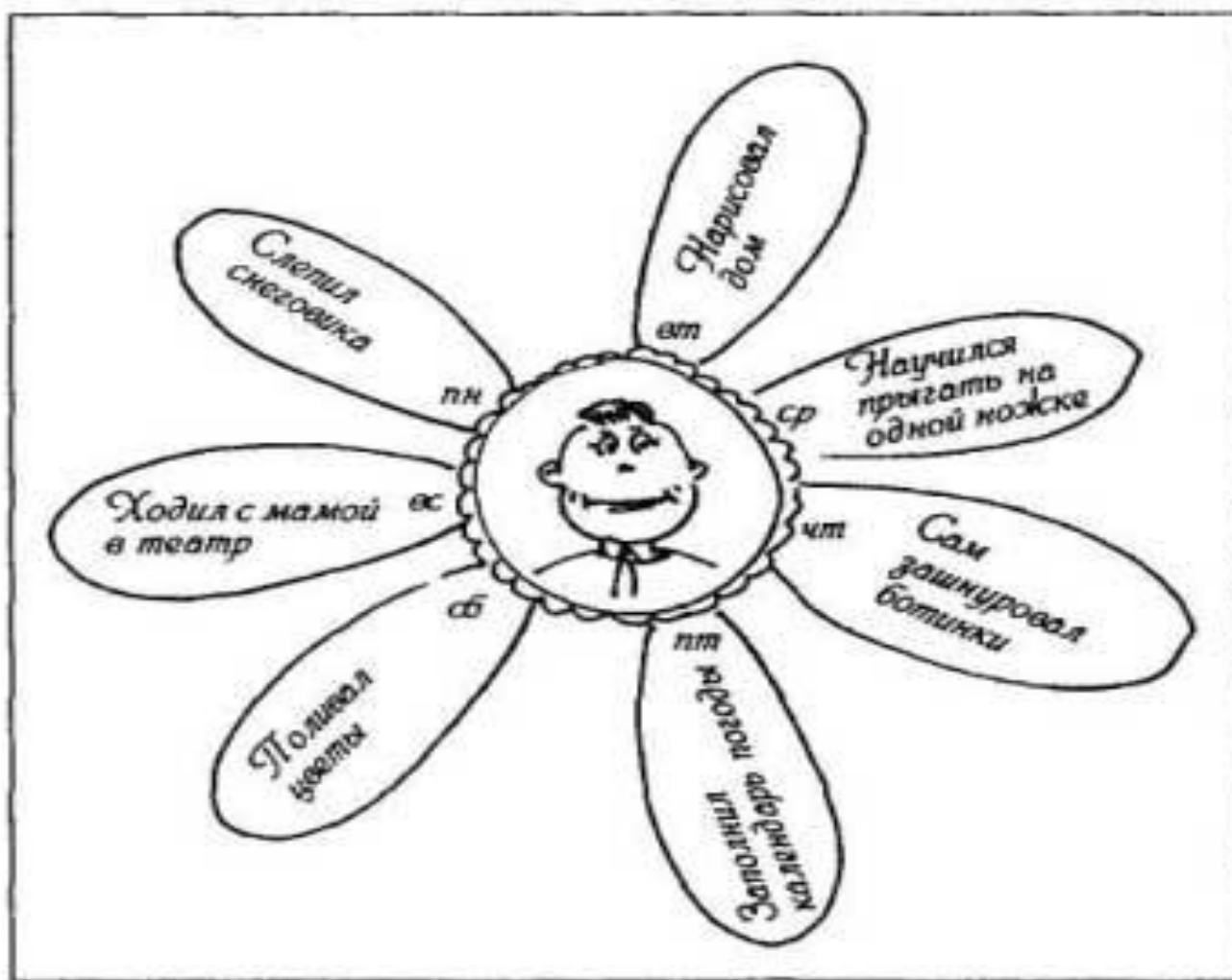


# Можно оформить стенд "Звезда лета»



# "Цветик-семицветик" (или "Цветок достижений")

10



# **НЕЛЬЗЯ:**

- **сравнивать детей друг с другом.**
- **Желательно избегать состязаний и таких видов деятельности, которые принуждают сравнивать достижения одних детей с достижениями других.**
- **Лучше сравнить достижения ребенка с его же результатами, показанными, например, неделю назад.**

- **Обращаясь с ребенком с просьбой или вопросом, желательно установить с ним контакт глаз: либо вы наклонитесь к нему, либо приподнимите ребенка до уровня ваших глаз.**
- **Совместное со взрослым сочинение сказок и историй научит ребенка выражать словами свою тревогу и страх. И даже если он приписывает их не себе, а вымышленному герою, это поможет снять эмоциональный груз внутреннего переживания и в какой-то мере успокоит ребенка.**



- Не сравнивайте ребенка с другими детьми и не акцентируйте внимание на неудачах.
- Наоборот, старайтесь подмечать все его малейшие достижения и хвалить за успехи.<sup>13</sup>





www.shutterstock.com · 13607212

- Главная ваша задача - верить в ребенка так сильно и убедительно, чтобы малыш поверил вам и "заразился" вашей верой.
- Тогда он станет уверенным в себе человеком. Ведь известно: добиться чего-то в жизни, можно только веря в свои силы.

- Не торопите ребенка, давайте ему время привыкнуть к новому. Ребенку с ОНР требуется определенное время, чтобы познакомиться, приглядеться, понять законы, которые действуют в новой ситуации, будь то компания сверстников, новый воспитатель, новая квартира. Только убедившись, что ему там ничего не угрожает, он сможет успокоиться.
  - Если задаете ему вопрос, то давайте необходимое для подготовки ответа время; **старайтесь не повторять вопрос дважды или даже трижды.**
- В противном случае ребенок ответит нескоро, так как каждое повторение он будет воспринимать как новый стимул.

- Не заставляйте ребенка "быть смелым". Ваши увещевания и нотации не принесут результата. Сам ребенок лет до семи живет в мире чувств и образов, а не здравого смысла.
- Говорить словами "здесь нет ничего страшного" бессмысленно. Нужно дать ребенку почувствовать себя в безопасности. А что лучше прогоняет страх, чем мамина ласка, мамина близость?

**Нельзя кричать ни на детей, ни в присутствии детей!**





- **Повышенная требовательность родителей - опасна. Она может привести к прямо противоположному эффекту. Ребенок должен чувствовать, что его принимают и ценят вне зависимости от его поведения, успехов.**
- **Старайтесь создавать для ребенка ситуации, где бы он смог проявить свои таланты, достоинства, чтобы приобрести уверенность в себе и заслужить уважение сверстников.**

- Неуверенные дети чрезвычайно чувствительны к плодам собственной деятельности.
- Одновременно им очень трудно самим оценить итоги своего труда, они не могут сами решить, правильно или неправильно они сделали что-либо, а ждут этой оценки от взрослого.
- Негативные оценки **значимых взрослых** оказывают сильное травмирующее влияние на раннюю психику таких детишек.



## Шпаргалка для взрослых, или Правила работы с тревожными детьми

1. Избегайте состязаний и каких-либо видов работ, унижающих скорость.
2. Не сравнивайте ребенка с окружающими.
3. Чаще используйте телесный контакт, упражнения на релаксацию.
4. Способствуйте повышению самооценки ребенка, чаще хвалите его, но так, чтобы он знал, за что.
5. Чаще обращайтесь к ребенку по имени.
6. Демонстрируйте образцы уверенного поведения, будьте во всем примером ребенку.
7. Не предъявляйте к ребенку завышенных требований.
8. Будьте последовательны в воспитании ребенка.
9. Старайтесь делать ребенку как можно меньше замечаний.
10. Используйте наказание лишь в крайних случаях.
11. Не унижайте ребенка, наказывая его.



❑ Не надо бояться, что, отгораживая ребенка от негативного опыта и создавая ему комфортные условия для развития, вы вырастите "тепличного" человека, совершенно не приспособленного с суровой реальности.







- Конечно, повышенная гиперопека только навредит. Не нужно "подставлять руки" на каждом шагу, нужно создать условия для развития самостоятельности и веры в себя.

# Помните:



spicecomments.com

- **опыт неудач и поражений приземляет, опыт побед и успехов окрыляет.**





ТВОЁ  
ДИТЯ -  
ЧАСТЬ  
ТЕБЯ!



**Помогите вашему робкому малышу  
расправить свои нежные  
крылышки.**

