**Подготовила: педагог-психолог**

**МДОУ «Детский сад № 54»**

**Исаева О. В.**

**«ФОРМИРОВАНИЕ ПОЛОЖИТЕЛЬНОЙ САМООЦЕНКИ**

**У ДЕТЕЙ 5 – 7 ЛЕТ»**

Цель: помощь родителям в создании условий, способствующих позитивной социализации дошкольников.

Задачи: 1) познакомить родителей с приемами формирования у ребенка положительной самооценки;

2) способствовать проявлению заботы о психическом здоровье своего ребенка;

3)содействовать формированию потребности к совершенствованию детско - родительских взаимоотношений.

**Мини-лекция**

Традиционно главным институтом воспитания является семья. То, что человек в детские годы приобретает в семье, он сохраняет в течение всей последующей жизни.

Все семьи очень разные. Как часто нам приходится наблюдать ситуации, когда ребенок бросается маме на шею, доверяет ей свои секреты, шепчет на ухо о своих неприятностях, а мама нежно гладит его по голове, прижимает к себе, целует... Обычная ситуация взаимной поддержки - важнейший компонент жизни семьи. У окружающих от подобной ситуации становится теплее на душе, и хочется общаться и быть рядом с такими людьми.

Но не менее часто встречается и противоположная картина. Когда мама (конечно же, желая только лучшего своему ребенку) постоянно одергивает ребенка, делает ему замечания, заставляет авторитарными способами делать что-то против воли... Если ребенок регулярно испытывал к себе такое отношение, у него часто проявляются различные нарушения в развитии эмоциональной сферы, занижена самооценка. Такие дети нередко становятся замкнутыми или агрессивными, у них пропадает интерес к познавательным занятиям, а в дальнейшем и к школьному обучению.

**Упражнение для родителей**

**«Слабые и сильные стороны моего ребенка»**

Предлагаю Вам взять лист бумаги и поделить его на две части. С левой стороны напишите слабые стороны своего ребенка, а с правой стороны - сильные.

А теперь, постарайтесь ответить себе на вопрос: Какие личностные качества было писать легко, а какие вызвали затруднение?

Я предлагаю Вам информацию о том, как построить отношения с ребенком таким образом, чтобы,  с одной стороны, приучить его к нормам и правилам поведения, соблюдению режима дня, а с другой - не навредить его эмоциональному состоянию. Этому можно и нужно учиться. Прежде всего, постарайтесь избегать негативных факторов воспитания и психологического микроклимата семьи.

**«Факторы воспитания и психологического микроклимата семьи»**

**Эмоциональное отвержение ребенка.** Это может быть безразличие со стороны родителей или откровенное отталкивание малыша. Нелюбимые и нежеланные дети, которым дают понять, что они обуза для родителей, часто вырастают тревожными, агрессивными, с нарушенной самооценкой. Это предпосылки к нарушению психологического и психического здоровья. Конечно, это крайний и очень тяжелый вариант развития ребенка, и в своей абсолютной форме он встречается редко. Но припомните сами, не проскакивали ли у вас в разговоре с ребенком такие фразы: «Опять ты мне мешаешь», «Когда же кончатся эти выходные и ты пойдешь в детский сад!». Если в сердцах вы произнесете что-то подобное, то ребенок может подумать, что вы его не любите. И тогда нарушения в эмоциональном развитии появятся наверняка.

**Несправедливое наказание.** Помните, что значимый взрослый для ребенка - царь и Бог. И любой незаслуженный окрик или подзатыльник разрушает его справедливую и стабильную картину мира. Вот почему нельзя наказывать ребенка за проступки, не разобрав их мотивы.

**Неравное (то суровое, то теплое) отношение родителей к детям.** К строгим, но постоянным и предсказуемым родителям ребенок в состоянии приспособиться. А когда за одни и те же действия его то наказывают, то хвалят, он теряет ощущение стабильности. Если мама, то терпеливо укладывает ребенка спать, читает сказки, то вдруг резко уходит и захлопывает дверь, не объяснив, почему ей сегодня некогда, — это причиняет ребенку страдания. Лучше изначально определитесь, какую стратегию вы выбираете в некоторых вопросах, и не меняйте принципов.

**Соперничество с братом или сестрой.** Нарушение психологического микроклимата семьи может быть связано с неуверенностью в родительских чувствах, ревностью к другому ребенку. Старайтесь подчеркнуть ровное отношение ко всем и в течение дня находить время для любого из них. Хорошо, если с каждым из детей у вас будет своя маленькая тайна, интимный ритуал, общее занятие. Старшему помогите стать помощником и учителем, а не конкурентом малышу, даже если разница между ними небольшая.

**Противоречивые требования.** Если мама хочет от ребенка одного, а папа (бабушка, воспитатель и т. д.) другого, он будет мучиться из-за невозможности угодить всем. Если, например, ребенок тихий, спокойный, это одобряется в детском саду. А родителям хотелось бы, чтобы сын был «побойчее», и они учат его постоять за себя, давать сдачи, не уступать насиженного местечка. Ребенок страдает от невыполнимости всех требований сразу, он боится разочаровать кого-то из значимых для него людей. Как поступить в этом случае? Во-первых, родителям необходимо прийти к единому согласию, а во-вторых, убедить ребенка, что мнение мамы и папы, а также их требования все-таки должны быть на первом месте.

**Неадекватные требования.** Обычно это проявляется во внешне благополучных, культурных семьях. От малыша хотят всегда сразу и по максимуму, подгоняют его под идеальный образ. Иногда ребенку навязывают ненужные ему интересы (спорт, музыку). Такая негибкая система воспитания крайне пагубна. Помните, что дети ничего вам не должны, и радуйтесь тому, что у них есть успехи хоть в чем-то.

**Негативные требования «нельзя».** Нельзя, чтобы требования родителей ставили ребенка в униженное, зависимое положение. Сюда относятся требования сделать что-либо противоречащее моральным нормам, - допустим, сказать неправду.

Итак, уважаемые родители, проанализируйте перечисленные выше ошибки в воспитании: не относится ли какой-либо из факторов к вашей семье? Приложите все усилия, чтобы максимально нормализовать обстановку в семье.

**Упражнение для родителей «Идеальный родитель»**

«У хороших родителей вырастают хорошие дети» - как часто мы слышим это утверждение, но нередко затрудняемся объяснить, какие они - хорошие родители.

Смысл упражнения заключается в том, что Вам предлагается написать на листке, какие качества должны присутствовать в идеальном родителе.

Итог: при оценке любой человеческой деятельности обычно исходят из некоторого идеала, нормы. В воспитательной деятельности, по-видимому, такой абсолютной нормы не существует. Мы учимся быть родителями, так же, как учимся быть мужьями и женами, как постигаем секреты мастерства и профессионализма в любом деле.

**Памятка «В помощь родителям»**

Чтобы не допускать глубокого разлада ребенка с самим собой и окружающим миром, нужно постоянно поддерживать его самооценку или чувство самоценности. Для этого необходимо:

* Безусловно принимать его.
* Активно слушать его переживания и потребности.
* Бывать вместе (читать, играть, заниматься).
* Не вмешиваться в его занятия, с которыми он справляется.
* Помогать, когда просит.
* Поддерживать успехи.
* Делиться своими чувствами (значит, доверять).
* Конструктивно разрешать конфликты.
* Использовать в повседневном общении приветливые фразы. Например: «Мне хорошо с тобой. Я рада тебя видеть. Я по тебе соскучилась. Давай посидим (посмотрим, поделаем...) вместе. Ты, конечно, справишься. Как хорошо, что ты у нас есть. Ты мой хороший».
* Обнимать не менее четырех, а лучше восемь раз в день.

Спасибо за внимание! Берегите своё здоровье и здоровье Ваших детей!