

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 23 ГОРОДА СТАВРОПОЛЯ

**КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**  
**НА ТЕМУ: «ФОРМИРОВАНИЕ ПОЛОЖИТЕЛЬНОЙ**  
**САМООЦЕНКИ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО**  
**ВОЗРАСТА»**

**ЦАПОВОЙ**  
**ВАЛЕНТИНЫ ВЛАДИМИРОВНЫ**  
ВОСПИТАТЕЛЯ

**УЧАСТНИКА II (ГОРОДСКОГО) ЭТАПА ВСЕРОССИЙСКОГО**  
**ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО КОНКУРСА**  
**«ВОСПИТАТЕЛЬ ГОДА РОССИИ» - 2024 ГОДУ**  
**В НОМИНАЦИИ «ЛУЧШИЙ ВОСПИТАТЕЛЬ»**

Координаты автора:  
355042, город Ставрополь,  
50 лет ВЛКСМ дом 71/1,  
квартира 74  
телефон: 8 928 356 67 35  
электронная почта:  
dou\_23@stavadm.ru

г. Ставрополь, 2023

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 23 ГОРОДА СТАВРОПОЛЯ

Ребёнок приходит в мир чистым и свободным. А затем в его жизни появляются условия, правила, стереотипы, нормы, носителями которых являются родители. Как нам воспитать уверенную личность с чувством собственного достоинства, ребенка со здоровой самооценкой мы с вами сегодня и поговорим.

Самооценка является основой личности каждого человека, в том числе ребенка. Это оценка самого себя, она закладывается в детстве и оказывает влияние на всю жизнь. Правильная самооценка имеет большое значение, так как помогает ориентироваться в своих поступках и желаниях, в окружающем мире и на пути к целям позволяет действовать оптимальным образом. Завышенная или заниженная самооценка препятствует гармоничному развитию ребенка и усложняет его жизнь.

Вырабатывать здоровую самооценку у ребенка нужно, и нужно уже с первых лет жизни. Отношение к себе с годами может меняться, однако фундамент самооценки закладывается именно в детстве. Ведь даже грудной ребенок – это полноценный человек, просто еще маленький и беспомощный. Любящие родители должны помочь ребенку расти и развиваться и в разумных пределах предоставлять ему для этого свободу. А вот уметь воспитывать их – это великое дело, требующее таланта и широкого знания жизни».

Что же такое самооценка? Самооценка – это оценка личностью себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей. Она во многом определяет отношения с окружающими, критичность, требовательность к себе, отношение к успехам и неудачам. От самооценки зависит активность человека и стремление к самосовершенствованию. Повысить самооценку можно либо максимизируя успех, либо минимизируя неудачи. Расхождение между притязаниями и реальным поведением человека ведет к искажениям самооценки. Чем выше притязания, тем большими должны быть успехи,

чтобы человек чувствовал себя удовлетворенным. Обнаруживается уровень самооценки не только в том, как человек говорит, а и в том, как он поступает. Заниженная самооценка проявляется в повышенной тревожности, постоянной боязни отрицательного мнения о себе, повышенной ранимости, побуждающей человека сокращать контакты с другими людьми.

Заниженная самооценка разрушает у человека надежды на хорошее отношение к нему и успехи, а реальные свои успехи и положительную оценку окружающих он воспринимает как временные и случайные. Для человека с заниженной самооценкой многие проблемы кажутся неразрешимыми, эти люди очень ранимы, их настроение подвергнуто частым колебаниям, они острее реагируют на критику, смех, порицания. Они более зависимы. Недооценка своей полезности уменьшает социальную активность, понижает инициативу, такие люди в своей работе избегают соревнования, поскольку, поставив себе цель, они не надеются на успех.

Достаточно высокая самооценка проявляется в том, что человек руководствуется своими принципами, независимо от мнения окружающих на их счет. Если самооценка не слишком завышена, то она может положительно влиять на самочувствие, так как порождает устойчивость к критике. Человек в этом случае знает себе цену, мнение окружающих не имеет для него абсолютного, решающего значения. При завышенной самооценке человек уверенно берется за работу, превышающую реальные возможности. Потребность в общении развивается у детей поэтапно. Вначале – это стремление к вниманию со стороны взрослых, затем – к сотрудничеству с ними, далее дети хотят не только делать что-либо вместе, но и ощущать уважение с их стороны, возникает необходимость во взаимопонимании. От того, как сложатся взаимоотношения ребенка с родителями, какое место займет он в этих взаимоотношениях, зависит его отношение к себе. Неоправданно частое подчеркивание родителями реальных и мнимых



достоинств ребенка приводит к тому, что у него формируется завышенный уровень притязаний. В то же время недоверие родителей к возможностям ребенка, категорическое подавление детского негативизма может привести к возникновению у ребенка ощущения своей слабости, неполноценности.

Для развития положительной самооценки важно, чтобы ребенок был окружен постоянной любовью вне зависимости от того, каков он в данный момент. Постоянное проявление родительской любви вызывает у ребенка ощущение собственной ценности, но при этом не предполагается, что родители перестанут давать беспристрастную оценку его поступкам. Негативные высказывания родителей о своих детях укрепляются в их сознании и трансформируют самооценку. Необходимым условием закрепления достигнутого является активное воздействие на близких ребенку взрослых с целью изменения их позиции и отношения к ребенку; вооружения родителей адекватными способами коммуникации.

Как развить в ребенке чувство уважения к себе? Развитие чувства уважения к себе является одной из основных задач педагогов и родителей при воспитании ребенка. Уважать и любить себя очень важно, поэтому ребенок должен научиться этому с самого раннего возраста. Именно на этапе формирования личности, который проходит в первые годы жизни, нужно заложить в сознание малыша чувство собственного достоинства. Основными факторами, влияющими на развития чувства уважения к самому себе, являются влияние родителей (их отношение к ребенку и уважение его личности, влияние друзей и различных социальных групп, в которых находится человек (положительный опыт поднимает самооценку, а негативный — ее понижает).

1 этап формирования чувства собственного достоинства «Физиологические потребности» Физическое и психологическое состояние малыша зависит от того, насколько хорошо за ним ухаживают. Общаясь с

матерью, ребенок получает от нее все, что ему необходимо, — еду, сон, чистое белье, а кроме того — любовь и заботу.

Возникающие при этом приятные ощущения станут основой формирования собственного «я». Конечно, это «я» еще очень примитивно и прежде всего означает «я — это, когда мне хорошо». Во втором полугодии жизни ребенка можно наблюдать за развитием этого «я». Малыш не просто плачет: он хочет, чтоб мама сделала так, как ему нравится. Он уже знает, что ему нужно, что он любит и чего не любит, в общем, стремится к собственному благу, и это для него — задача номер один. Если ребенку не хватает материнской заботы, тогда его «я» будет означать «мне плохо». Это может иметь самые неприятные последствия для развития ребенка. У него пропадает аппетит, адекватная реакция на плохое самочувствие, интерес к окружающему миру.

2 этап «Безопасность и стабильность» Ребенок будет относиться к себе так, как вы относитесь к нему. Для того чтобы ребенок полюбил себя, только приятных ощущений недостаточно. Совсем неплохо, если вы считаете своего малыша чем-то «драгоценным». Дети таких родителей знают, что лучшее лекарство от боли — мамин поцелуй. Если ребенок дошкольного возраста, поранившись или почувствовав себя плохо, ищет помощи у родителей, значит, он уже достаточно любит себя, свое тело, чтобы заботиться о нем. Часто родители не обращают внимания на жалобы ребенка или сначала ругают его за то, что он поранился, а потом оказывают помощь. В таком случае дети могут не реагировать на боль и не обращаться за помощью к родителям. Это значит, что способность заботиться о себе затормозилась в развитии. Однако если ребенок не бежит к вам с самой маленькой ранкой, еще не говорит о том, что он неправильно развивается. Заботливые родители посочувствуют малышу, но научат его отличать серьезную опасность от незначительной, переносить слабую или необходимую боль и т. д. Такие уроки закладывают основу для самостоятельной заботы ребенка о себе.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 23 ГОРОДА СТАВРОПОЛЯ

Однако такой заботы можно ожидать от него только в достаточно взрослом возрасте: маленьким детям она не доступна.

Одна из самых трудных задач родителей — научить ребенка оберегать себя, то есть собственное тело, показать ему, как не причинить себе боль. Малыш не может научиться этому на собственном опыте (не позволим же мы ему касаться горячего утюга или электрической розетки). Придется обходиться словами «нельзя — будет больно».

Не стоит запугивать ребенка кровавыми подробностями историй о девочках и мальчиках, которые не слушали маму и папу. Результат может быть совсем не таким, какого вы ждете: ребенок испытает ненужный страх и может долгое время бояться предметов, с которыми сталкивается ежедневно. В других случаях малыш может подумать, что нельзя касаться утюга только потому, что мама будет злиться. Чтобы ей угодить, он действительно не будет этого делать, а вот, рассердившись на родителей, обязательно совершит то, что для них неприятно, например, возьмет запрещенные предметы. Осторожность ребенка будет более сознательной и существенной, если родители направят ее на самого ребенка, а не на его «послушание — непослушание» чьим-то приказам.

Следующий этап — научить ребенка заботиться о своих внутренних органах. Об их существовании малыш узнает именно тогда, когда они причиняют ему беспокойство, например, воспаляется горло или болит живот. Эти «больные» части тела малыш должен полюбить, прежде всего, чтобы уберечь их от других неприятностей.

Ребенку следует знать о функциях половых органов. Для того чтобы чувство любви к собственному телу было полноценным, малыш должен оберегать свои половые органы и понимать их функции. Если ребенок полюбит себя как мальчика или как девочку, он гораздо легче справится с проблемами пола в подростковом возрасте.



МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 23 ГОРОДА СТАВРОПОЛЯ

Не стоит заострять внимание ребенка на этих органах (что, кстати, происходит очень редко, но ни в коем случае нельзя обделять их вниманием (что бывает повсеместно)). Малыш должен понимать, что половые органы так же важны, как и все остальные — глаза, руки, сердце. В будущем это избавит ребенка от многих сексуальных проблем.

3 этап - родители должны правильно оценивать самостоятельность своего ребенка. Маленький ребенок хочет быть похожим на своих родителей. Ничто так не укрепляет чувство собственного достоинства, как осознание достижения высокой цели, выполнения трудной задачи. Родители всегда хотят, чтобы дети обладали качествами, которым дети чаще всего не придают значения. Очень трудно приучить ребенка следить за чистотой, ежедневно чистить зубы, быть терпеливым и вежливым со старшими. При этом родителям необходимо помнить, что в младшем возрасте ребенок чаще всего хочет быть «таким, как папа» или «таким, как мама». Поэтому родители сами должны соответствовать тем требованиям, которые они предъявляют к ребенку. Родители должны закрепить в сознании ребенка фразы «мне нравится быть чистым», «мне нравится чистить зубы» и др., и тогда это занятие будет приносить удовольствие, а потом станет привычкой. Родителям следует направлять и приветствовать усилия ребенка на этом пути. Так, идя от маленькой цели к более сложной и добиваясь совместного успеха, мамы и папы будут развивать в ребенке целеустремленность, терпение, а самое главное — укреплять свою связь с ребенком и его индивидуальное чувство собственного достоинства. Ребенок растет, формируется, и вместе с тем меняется роль родителей в этом процессе. Папы и мамы хотят, чтобы их малыш самостоятельно заботился о себе. Очень важно правильно оценить способность ребенка к такой самостоятельности и помочь ему в ее проявлениях.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 23 ГОРОДА СТАВРОПОЛЯ

Чаще всего ребенок впервые демонстрирует самостоятельность и независимость в вопросе «что надеть». В таких случаях пререкания, слезы и уговоры по поводу, надевать ли шапку, теплый свитер, туфли или ботинки, становятся обычным делом. Справедливости ради отметим, что родители (а особенно мамы) в этом вопросе не всегда бывают правы. Лучший выход из такой ситуации — научить ребенка выбирать одежду в зависимости от погоды.

Если в первые годы жизни ребенок не был обделен родительским вниманием и заботой, то у него обязательно вырабатывается чувство осознания собственного тела. Этого чувства хватит, чтобы в будущем он оберегал себя даже без помощи родителей, но это не означает, что он в такой помощи не нуждается. Ребенок должен принимать себя таким, какое оно есть, и помощь родителей в этом просто неоценима. Они должны убедить ребенка, что любят его без всяких оговорок, что он красив и любим только потому, что он есть. Если родители будут страдать из-за физических недостатков ребенка, эти страдания передадутся ему еще в большей мере.

4 этап «Самоутверждение» (потребность в признании) Ребенок идет от маленькой цели, к большой. Сначала родители радуются каждому шагу своего малыша, каждому новому слову, произнесенному им, видя, как малыш учится держать чашку, самостоятельно есть, завязывать шнурки и др. со временем уже никого не удивляет, что ребенок умеет ходить и говорить. Ребенок радуется этому вместе с родителями. Однако, если малыш не гордился этими первоначальными умениями, формирование его чувства собственного достоинства может быть поставлено под угрозу. Чаще всего это происходит, когда родители недостаточно хвалят и поощряют своих детей. Ребенок, который ощущает, что родители гордятся им и радуются его умениям, стремится сделать что-то еще лучше, чтобы доставить приятное себе и им.



Слова «я сам» должны не пугать родителей, а радовать их. Конечно, они сделают все быстрее и лучше, но следует дать малышу возможность почувствовать, что он может сделать что-то так же, как и они. От чувства взаимной гордости зависит и то, научится ли малыш играть. Дети, обделенные родительской похвалой, чаще всего не находят удовольствия в этом занятии. Позже их труднее будет заинтересовать рисованием, пением или развивающими играми. Новая игрушка занимает их всего несколько минут, а потом ее забрасывают. Так происходит даже в тех случаях, когда ребенок сам придумывает себе игры, но сильнее всего это проявляется в занятиях, требующих терпения и усидчивости.

Задача родителей — шаг за шагом развивать у детей интерес к различным умениям и желание к их приобретению, которые основываются на чувстве собственного достоинства. Когда взрослый человек делает что-то хорошо и может сказать себе: «Я могу сделать это, значит, я смогу сделать и что-то другое» — это дает возможность ставить перед собой все новые цели и стремиться к их достижению. Подростки, безусловно, более самостоятельны в заботе о себе. Однако не стоит забывать, что они так же нуждаются в родительской похвале. Родительское поощрение дает ребенку ощущение собственной значимости, а это основа его самостоятельности.

5 этап «Самоуважение стремление к похвале» Развитие ребенка — следствие правильности родительских наставлений. Очень часто дети следят за чистотой своего тела и своей одежды, хорошо учатся только для того, чтобы не быть наказанными или заслужить похвалу. При этом они не испытывают удовольствия от своих умений. Зачастую это происходит потому, что родители ставили перед ребенком неверные цели. «Ты должен быть чистым, чтобы мама не сердилась» или «Ты должен приготовить домашнее задание, чтобы получить хорошую оценку». В этом случае ребенок, а потом и взрослый человек, просто перестает выполнять такие

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 23 ГОРОДА СТАВРОПОЛЯ

задания, если его не ожидает похвала или наказание, потому что они не затрагивают его чувство собственного достоинства.

Родители должны сделать так, чтобы достижения детей приносили обоюдное удовольствие. Чтобы ребенок остался доволен результатами своих умений, недостаточно только похвалы родителей. Зачастую дети ставят перед собой слишком высокие, невыполнимые цели и, если не достигают их, глубоко разочаровываются и отчаиваются. Задача родителей — помочь ребенку установить правильные цели, укрепить самооценку, не дать потерять надежду и веру в свои силы. Признание в глазах родителей может поддержать чувство собственного достоинства ребенка, даже если он не слишком доволен собой.

Формирование чувства собственного достоинства ребенка зависит от чувства собственного достоинства его родителей. Не бывает идеальных детей, как не бывает и идеальных родителей. Ребенок — это зеркальное отражение папы и мамы, и то, каким чувством собственного достоинства он будет обладать, напрямую зависит от чувства собственного достоинства его родителей. Родители, которые не любят своих детей и не заботятся о них, обладают, скорее всего, очень низким чувством собственного достоинства. Они не любят детей так же, как не любят самих себя. Помогая детям сформировать чувство собственного достоинства, родители закладывают фундамент их будущей способности быть родителями. Уже в дошкольном возрасте ровесники и друзья оказывают влияние на чувство собственного достоинства ребенка, и это влияние со временем все возрастает.

Однако основой отношений ребенка со сверстниками всегда являются его отношения с родителями. У ребенка, который подвергался насилию, возникают серьезные проблемы в развитии. Если ребенок в детстве подвергался насилию, у него практически не было возможности для формирования здорового понятия собственного «я».

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 23 ГОРОДА СТАВРОПОЛЯ

В таком случае «я» ассоциируется с болью и унижением и не помогает ребенку защищать и оберегать себя. Такие дети чаще всего никогда не жалуется на боль и обиды, а тем более на своих родителей. Они не умеют заботиться о себе и обладают очень низким чувством собственного достоинства. С большой долей вероятности можно утверждать, что они будут так же обращаться с собственными детьми.