

## **Развитие социальной уверенности у детей дошкольного возраста**

Социально неуверенные дети - это дети, не умеющие гармонично взаимодействовать сами с собой, с социумом, с внешним миром.

Чаще всего в педагогической и психологической литературе социальная неуверенность на уровне внешних поведенческих проявлений описывается как некоммуникабельность, застенчивость, тихость, забитость, конформность, аутичность, т.е. как гипоактивность. Гиперактивность и гипоактивность - формы часто неадекватных защитных механизмов социально неуверенных детей. Поэтому одна из важнейших задач - формирование у детей уверенности в себе и своих силах, а также позитивного отношения к себе и к окружающему миру. Для нормального развития каждый ребенок нуждается в том, чтобы он находился в атмосфере любви и психологического благополучия. Если этого нет, ребенок испытывает негативные переживания, осознавая или не осознавая их, что отражается на его развитии. Ребенок воспринимает любовь окружающих его людей физически, интеллектуально, эмоционально. И если он не получает ее по какому-либо каналу, то это подталкивает его к инфантильному поведению, к неадекватным защитным поведенческим реакциям, формируя социальный страх в разных его формах - беспокойство, тревогу, вину, страх, гнев, т.е. то, что мы называем социальной неуверенностью.

Чтобы ребенок чувствовал себя счастливым, был способен лучше адаптироваться и преодолевать трудности, ему необходимо иметь положительное представление о себе - положительную Я-концепцию, которая определяется тремя факторами:

- - чувство собственной значимости;
- - уверенностью в способности к какому-либо виду деятельности, т.е. осознанием собственной компетенции;
- - убежденностью в импонировании другим людям.

Каждый человек стремится к одобрению со стороны других людей. В раннем и дошкольном возрасте такой значимой группой, чаще всего, выступают члены семьи. Очень важно, чтобы они относились к ребенку как к достойному существу, что формирует в нем чувство собственной значимости.

Всякая деятельность имеет определенную цель. Способность ребенка достичь ее дает чувство уверенности в своих силах. Успех приводит к осознанию собственной компетенции.

Социально неуверенные, имеющие неадекватную самооценку дети склонны чуть ли не в каждом деле находить непреодолимые препятствия, реагируя на них неадекватным поведением. Высокий уровень внутренней тревоги не позволяет им приспособиться сначала к детской группе, затем к школьной жизни, и та же проблема переходит во взрослую жизнь. Ребенок оценивает себя «глазами» социума. И какова его самооценка - отраженная оценка социума - таков и его социальный статус, возможность взаимодействовать с социумом, оптимальность адаптированных характеристик, и по сути, таково его психическое здоровье.

Отклонения от оптимального взаимодействия с самим собой, с социумом вызывают социально неуверенное поведение - это путь к нездоровью.

### **Основные признаки, характеризующие социальную неуверенность ребенка:**

На вербальном уровне:

- - речь очень тихая, невнятная, с длинными паузами, часто с повторением одного и того же слова, или, наоборот, громкая, быстрая, сбивчивая, несвязная;
- - рассказывают очень мало или вообще ничего (слова не вытянешь);
- - зачастую не могут выразить словами свое эмоциональное состояние;
- - вызывает затруднение просьба назвать себя по имени, назвать себя ласково.

На невербальном уровне:

- - пониженная моторная активность, сидят тихо, стараются не привлекать внимания;
- - часто плаксивы и апатичны;
- - мимика лица или вялая, или выражает гамму противоречивых эмоций, часто смущенная улыбка;

- - не могут устанавливать контакт взглядом, не смотрят на партнера, отводят глаза.

На уровне социальных контактов:

- - неприсоединение к группе играющих детей;
- - разные формы отказа с чужими, незнакомыми людьми;
- - нежелание расставаться с родителями или другими близкими взрослыми;
- - неумение самоутверждаться - выдвинуть конкретные требования к окружающим, сказать «нет» при необходимости, высказать свое мнение, критическое замечание.

Социально неуверенное поведение связано с заниженной самооценкой, ожиданием неудач, повышенной зависимостью от оценки социума. Если ребенок не имеет успеха и позитивного навыка в общении, в решении социальных конфликтов или в преодолении неудач, то он не может быть сильным как психически, так и физически. В возрасте 4-5 лет закладываются основы самопознания, которые предполагают умение отделить себя от других, чувствовать себя самостоятельной личностью, заявлять о себе, проявлять свою индивидуальность и в то же время отождествляться с другими, испытывая сочувствие к ним, сопричастность их переживаниям.

На занятиях необходимо создавать условия для переживания общности с другими, радости в процессе общения, проявление внутренней психологической активности; стремиться подвести ребенка к переживанию собственной индивидуальности, ее неповторимости; помочь ему приобрести позитивный опыт самопознания и самовыражения. Через социально ориентированную деятельность нужно стремиться сориентировать ребенка на другой субъект социальной жизни, развить восприимчивость, эмпатию.

Игра служит универсальным средством профилактики и компенсации психоэмоциональных проблем неуверенного ребенка. В особых игровых условиях он моделирует отношения в наглядно-действенной форме, начинает лучше в них ориентироваться. В игре формируются реальные отношения сотрудничества между одним ребенком и его сверстниками: ребенок приобретает позитивный опыт совместных действий. Играя, ребенок поэтапно осваивает новые способы поведения в проблемных ситуациях, усваивает их.

Позитивный процесс изменения ребенка в игре не происходит автоматически. Он возможен, если взрослый эмоционально сопереживает ребенку, принимая его установки, и выражает искреннюю веру в возможности ребенка, создает атмосферу взаимопонимания. Необходимо избегать прямых оценок личности и характера ребенка. Нельзя навешивать ярлыки и отдавать негативные приказы. Осторожно надо относиться и к похвале - она должна быть не прямой, оценивающей, а описательной, касаться только деятельности ребенка. Похвала, не соответствующая представлению ребенка о себе, расходящаяся с реальностью, может быть воспринята как насмешка или как неискренность.

Внутренняя позиция взрослого по отношению к ребенку:

- - нужно хотеть услышать ребенка;
- - нужно желать быть полезным ребенку в обретении уверенности в себе, а не заставлять действовать по вашему желанию;
- - нужно быть готовым принять чувства ребенка, не оценивать их и не осуждать их;
- - нельзя пытаться сделать все самому за ребенка и нужно искренне верить в его возможности самому разрешить свои проблемы;
- - нельзя брать на себя ответственность за выбор ребенка, а нужно воспринимать его как самостоятельную личность.

На занятиях нужно эмоционально поддерживать детей, со вниманием относиться к инициативным высказываниям, доброжелательно реагировать на действия ребенка.