

Методическая рассылка № 11/2025
**ВЕРА В РЕБЕНКА КАК ВАЖНЫЙ АСПЕКТ ВОСПИТАНИЯ И
РАЗВИТИЯ**



Великие свершения начинаются с малого, и ничто не подтверждает это лучше, чем наши дети. Они как чистый холст, и то, чем он будет заполнен, во многом зависит от нас. Задача родителей — предоставить детям «краски» и позволить самостоятельно рисовать свой жизненный путь. А вера в ребёнка, шаг за шагом, преобразует его потенциал в реальные достижения.

Для каждого человека важно такое качество как умение верить в себя. И вера в себя начинает развиваться еще в раннем детском возрасте, когда родители позволяют детям проживать свой личный опыт первых маленьких побед и достижений, пусть иногда и далеких от совершенства. Для того, чтобы ребенок рос с верой в себя, важно поддерживать его инициативу и желание познавать новое. Когда вы понимаете, что он теоретически мог бы хотя бы попробовать сделать то, о чем просит без серьёзных последствий, важно ему разрешить это. Например, помыть тарелку, залезть на новую высоту, поиграть в игру с более старшими ребятами или попробовать посещать занятия по интересам, даже если они могут на первый взгляд показаться не особо подходящими для вашего ребенка, а он все равно настойчиво просит.

И разрешая ребенку проходить свой собственный путь, где вы готовы поддержать его, не смотря ни на что и любые результаты, — это и будет во многом способствовать развитию веры в себя, которая во взрослом возрасте перерастет в инициативность, самостоятельность и целеустремлённость.

Вера родителей в ребенка крайне важна, так как она формирует у него здоровую самооценку, уверенность в себе и внутреннюю опору. Эта вера помогает ребенку не бояться ошибаться, легче учиться и строить здоровые отношения с другими, а в будущем — стать успешным и счастливым взрослым.



КАК ВЕРА РОДИТЕЛЕЙ ПОМОГАЕТ РЕБЕНКУ

Развивает уверенность в себе

Вера родителей помогает ребенку развивать уверенность, поскольку она формирует безопасную привязанность, укрепляет самооценку и поощряет

самостоятельность. Поддержка, уважение к чувствам, акцент на сильных сторонах и возможность совершать ошибки помогают ребенку поверить в свои силы, принимать решения и справляться с трудностями. *Ребенок, который чувствует, что его ценят независимо от успехов или неудач, получает надежную основу для уверенности в своих силах.*

Поощряет пробовать новое

Вера родителей в силы и способности ребёнка — один из ключевых факторов, который помогает ему преодолеть страх неудачи и с готовностью пробовать что-то новое. Когда ребёнок чувствует, что ему доверяют, он становится более уверенным в себе и своих возможностях. Именно вера помогает сформировать позитивную самооценку. Родители, которые верят в ребёнка, не ждут от него идеальных результатов с первой попытки. Вместо этого они поощряют усилия, прогресс и сам процесс обучения. При этом у ребёнка пропадает страх, что он расстроит родителей, если что-то не получится, он начинает воспринимать ошибки как часть процесса, а не как повод для стыда. Ребёнок усваивает установку *«у меня всё получится»*, которая транслируется ему родителями. Такая вера становится прочным фундаментом для его уверенности. Когда ребёнок сталкивается с чем-то сложным, он знает, что родители верят в него, это придаёт ему сил не сдаваться, а продолжать пробовать и искать решения. Когда ребёнок понимает, что родители положительно относятся к новым опытам, у него растёт любопытство и желание исследовать мир. Это способствует развитию его когнитивных способностей. Вера в то, что даже после ошибки родитель останется рядом, позволяет ребенку не бояться экспериментировать и браться за сложные задачи. *Таким образом, родительская вера создаёт безопасную и поддерживающую среду, в которой ребёнок чувствует себя защищённым и уверенным.* Это поощряет его к исследованию, обучению и росту, что является залогом успешного развития.



Способствует здоровым отношениям



Вера родителей в ребенка помогает формировать здоровую самооценку, что является основой для здоровых отношений с другими людьми. Это включает в себя поддержку, уважение к его личным границам, а также демонстрацию положительного примера поведения в общении и решении конфликтов. Такая вера создает безопасную среду, в которой ребенок чувствует себя любимым и принятым, что способствует развитию эмпатии и способности выстраивать доверительные отношения. *Уверенный в себе ребенок легче налаживает отношения со сверстниками и в семье, так как не испытывает постоянной тревоги за свою ценность.*

Повышает успеваемость

Положительное отношение родителей к обучению ребенка создает благоприятную атмосферу, которая помогает ему справляться с трудностями и верить в свои силы. *Когда родители верят в способности своего ребенка, он сам начинает верить в себя.* Эта уверенность побуждает его браться за трудные задачи, не бояться ошибок и не пасовать перед вызовами. Позитивный настрой родителей и их вовлеченность в учебный процесс, включая посещение родительских собраний и участие в школьной жизни, подогревают интерес ребенка к обучению и мотивируют его лучше учиться. Если родители поддерживают ребенка и не критикуют его за неудачи, а воспринимают их как часть процесса обучения, это снижает стресс, связанный с учебой. Ребенок чувствует себя в безопасности и не боится ошибок.



Формирует мировоззрение

Вера родителей помогает ребенку формировать мировоззрение, передавая ему моральные ценности, социальные нормы и культурные традиции, а также помогая развивать эмпатию и понимание добра и зла. В первую очередь, семья является основным фактором, влияющим на формирование личности, где ребенок получает первые представления о мире, прислушивается к авторитету родителей, перенимает их взгляды и усваивает принципы. Родители являются главными ориентирами для ребенка в нравственном развитии. В семье ребенок усваивает основные моральные ценности, социальные нормы и культурные традиции, которые становятся основой его дальнейшего мировосприятия. *Вера в себя с детства является фундаментом для счастливой и успешной взрослой жизни.*

КАК НАУЧИТЬСЯ ИСКРЕННО ВЕРИТЬ В РЕБЕНКА

Если вы не верите в детей, критикуя каждый их шаг, то откуда им получить веру в себя и в вас? Поддержка родителей — это мотивация для ребёнка двигаться вперёд, его источник уверенности в своих силах. Во многом именно от родителей зависит ход мыслей ребенка при неудачах в будущем.

Тому, кому транслировали идею его безнадёжности и бесполезности с самого детства, сложнее поверить в себя. Он вспомнит слова отца или матери: «Зачем стараться, всё равно ничего не получится, у тебя нет таланта». Такой человек не станет и пробовать новое дело, причём иногда даже не осознавая, почему. А другой человек, пусть и не отличающийся особыми талантами, но имеющий поддержку в детстве, вспомнит слова: «Я верю в тебя, ты справишься». И, найдя в этой мысли внутренний ресурс, отправится покорять новые вершины.

Откуда берётся уверенность?

Вера в свои силы — это убежденность человека в том, что у него все получится. Это способность положительно оценивать свои знания, умения и себя в целом.

Если человек верит в свои силы, то их у него становится больше. У него есть ресурс, чтобы справляться с трудностями, браться за сложные задачи. И это нужно не только для амбициозных рабочих проектов, уверенный в себе человек сможет состояться везде — в учёбе, увлечениях, взаимоотношениях. Потому что если человек верит в себя, в него верят другие.

Уверенность идёт из детства. Наша реакция на разные события, на слова людей, на успехи или провалы формируют отношение к своим силам. Мы все можем вспомнить комплексы подросткового периода, детскую стеснительность — а откуда это всё берётся? Правильно, из раннего возраста, из семьи.

Как родители могут выразить свою веру в ребенка



Безусловная поддержка: Важно, чтобы ребенок знал, что его любят таким, какой он есть, даже если его поступки неприятны.

Одобрение и признание: Искренне интересуйтесь делами ребенка и одобряйте его увлечения, даже если они отличаются от ваших представлений о будущем.

Отсутствие сравнений: Не сравнивайте ребенка с другими детьми. Лучше сравнивать его самого с собой в прошлом, отмечая прогресс.

Фокус на процессе: Учите ребенка наслаждаться процессом достижения цели, а не только результатом. Страшнее не ошибка, а нежелание пробовать снова.

*Поддержка в самостоятельности:
Позвольте ребенку самостоятельно решать
свои проблемы, будучи рядом.*



Рассмотрим, как родители могут помочь формированию веры в себя.



1. Важно, чтобы родители всегда верили в своего ребёнка и эту веру «транслировали» ему.

В этом вам помогут **следующие фразы:**

- У тебя все получится.
- Я в тебя верю.
- Ты у меня самый классный/ая.
- Это не простая задача, но я уверен/а, что ты справишься.
- Я люблю тебя, что бы ни произошло.
- Ты смелый/ая.
- Это сложнее, чем я думал/а, давай попробуем вместе?
- Ты – хороший/ая.
- Я знаю, что это трудно, но, помнишь, вчера у тебя это получилось.
- Ты все можешь.
- Что нового ты сегодня узнал/а?

И правда, спросите сегодня же своего малыша (если ему 3+), что нового он сегодня узнал и похвалите его (за то, что вспомнил и рассказал). Да, похвала и оценка стараний так необходима для детей и даже взрослых.

2. Цените старания ребёнка, даже если у него что-то не получилось.

Акцентируйте внимание только на хорошем. Такой подход помогает сформировать правильную самооценку, не зависящую от внешних оценок и достижений. Например: *«Это и правда было сложно, но я видел/а как сильно ты старался, ты большой молодец! Уверен/а в следующий раз у тебя получится!»*

3.



Продemonстрируйте ребенку, что вы не сдаётесь и не сильно расстраиваетесь из-за неудач.

Чтобы показать, что вы не сдаётесь и не сильно расстраиваетесь из-за неудач, демонстрируйте ребенку свои такие качества, как устойчивость, сосредотачивайтесь на решениях, а не на проблемах, и покажите, что вы извлекаете уроки из своих ошибок. *Важно сохранять позитивный настрой и демонстрировать уверенность, что неудача — это временный этап, а не конец пути.* Будет полезно, если вы попросите ребёнка вас поддержать: *«Малыш, мне так нужна твоя поддержка, давай обнимемся?»*

4. Давайте ребёнку те задания, которые дети его возраста могут выполнить.

Важно давать ребенку задания, соответствующие его возрасту, чтобы он мог успешно справляться с ними, что укрепляет его уверенность в себе, самооценку и мотивацию. Такие задания развивают чувство компетентности, учат справляться с трудностями.



5. Обязательно благодарите ребенка за то, что он выполняет ваши просьбы.

Благодарить ребенка за выполнение просьб необходимо, чтобы сформировать у него чувство значимости, привить вежливость. Это помогает ему понять, что его помощь важна, и способствует развитию благодарности, которая является показателем зрелости личности. Например: *«Спасибо тебе большое за то, что сам убрал игрушки.» «Ты настоящий герой! Что бы я без тебя делал/а! Спасибо, что помог мне.»*

6. Предоставляйте возможность ребёнку в течение дня проявить свою самостоятельность в выборе, при этом поддерживая его выбор.

Чтобы ребёнок проявлял самостоятельность в выборе, важно создать для него безопасное пространство с чёткими границами. Начните с небольших, простых решений и постепенно увеличивайте их сложность, по мере взросления ребёнка. Например, при выборе одежды: предоставьте на выбор два-три комплекта одежды, подходящих по погоде. «*Ты наденешь сегодня зелёную футболку или синюю?*». При выборе завтрака: предложите два варианта завтрака, например, каша или омлет. Это поможет ребёнку почувствовать, что его мнение учитывают.

7. Формируйте устойчивую самооценку ребенка.



Формирование устойчивой самооценки ребенка достигается через безусловную любовь, поддержку и уважение к его индивидуальности. Важно хвалить за старания, а не только за результат, позволять делать ошибки, учить справляться с трудностями и не сравнивать с другими детьми. Старайтесь отмечать усилия, а не только успешный результат. Вместо «*Ты молодец*» лучше сказать «*Я знаю, ты очень старался и довел дело до конца*». Учите ребенка думать самостоятельно, уважать его точку зрения и принимать решения. Ставьте достижимые задачи, чтобы ребенок мог почувствовать свою компетентность, тем самым создавая ситуацию успеха. Демонстрируйте свою любовь и поддержку, будьте рядом в трудных ситуациях, чтобы ребенок знал, что у него есть всегда надежная поддержка. Сравнивайте успехи ребенка с его прошлыми достижениями, чтобы показать положительную динамику, но не с другими детьми. *Позволяйте ребенку самостоятельно справляться с задачами по возрасту и принимать решения, это поможет повысить его значимость в собственных глазах.*

8. Критикуйте НЕ РЕБЁНКА, а ПОВЕДЕНИЕ. Критикуя, сосредоточьтесь на конкретном поступке, а не на личности ребёнка, используя спокойный тон и избегая обобщений вроде "ты всегда". Важно объяснить последствия поведения и предложить альтернативные, более правильные действия, а не унижать ребёнка. Критика должна быть конструктивной, направленной на исправление, а не на наказание, и лучше проводить её наедине. Важно отделить поступок от личности: *Вместо "Ты такой неряха!" скажите: "Игрушки разбросаны. Давай уберём их вместе". Избегайте обобщений: Не говорите "Ты никогда не делаешь уроки!" Используйте "Ты не сделал домашнее задание по математике. Объясни, в чём дело".*

9. Поощряйте детскую инициативу, предоставляя ребенку свободу выбора в играх и творческих занятиях, уважительно относясь к его интересам и помогая справляться с неудачами без критики.

Создавайте условия для самостоятельной деятельности, поддерживайте познавательную активность и давайте положительную оценку как промежуточным, так и конечным результатам.

10. Говорите чаще о своих чувствах.

Говорите ребёнку, что вы его любите, интересуйтесь его настроением и жизнью. Проводите вместе время: играйте, читайте сказки, рисуйте. Постоянно демонстрируя и озвучивая свои чувства, вы учите ребенка понимать и выражать эмоции, что способствует его эмоциональному развитию и укрепляет ваши отношения. Чтобы чаще говорить о своих чувствах к



ребенку, нужно целенаправленно вводить в общение фразы и действия, которые выражают вашу любовь, восхищение и поддержку. Для этого можно использовать утвердительные слова, говорите ребенку *«Я люблю тебя»* и объясняйте, что именно вам в нем нравится. Например, *«Мне нравится, как ты смеешься»*, *«Я горжусь тобой, потому что ты так старался»*. В общении старайтесь чаще использовать юмор и похвалу. Посмейтесь над шутками ребенка (если они уместны), похвалите его за усилия, а не только за результат. Например: *«Я люблю тебя не только за то, что ты делаешь, но и за то, какой ты есть»*.

Учитывая всё сказанное, предлагаем обратить внимание на следующее:

Общайтесь с ребенком держа в мыслях его достоинства и проявляя уважение к нему. По сути вы раскрываете свою любовь к ребенку. Имейте ввиду, что Любовь — это самая мощная сила воспитания и изменения не только окружающих, но и себя тоже. Мы сами любим и влюбляем окружающих в себя таким образом. Сила мысли матери, сила воображения, способность сконцентрироваться на достоинствах играют первостепенную значимость в воспитании.



В суете ежедневных забот мы перестаём видеть простые, но такие значимые, вещи. А ведь они есть. Вы заметите, что ребёнок сам сел за уроки, помог донести тяжёлую сумку, собрал рюкзак в школу или навёл порядок в комнате. Хвалите сына или дочь за любые, казалось бы, мелочи. Детям очень

важно слышать одобрение, особенно от родителей. *Доброе слово, одобрение и поддержка — это сила, на которую ребёнок будет опираться в трудную минуту. Она позволит ему расправить крылья и обрести уверенность.*

Поддерживайте интересы ребёнка, поощряйте его увлечения. Не навешивайте ярлыки и не навязывайте своё мнение, даже если выбранное хобби кажется вам бесполезным. Не забывайте про похвалу ребенка. Одобряйте и поощряйте, когда ребёнок чего-то достигает. Это могут быть даже самые незначительные мелочи. Ребенку очень важно это слышать, и помогает верить в себя. Стремитесь понимать переживания своего ребёнка, будьте рядом, когда он в этом нуждается, подчёркивайте важность его чувств.

Формирование и укрепление искренней веры в ребёнка — это долгий процесс, требующий работы над собой. Но именно он создаёт крепкую основу ваших взаимоотношений и помогает формировать здоровую самооценку у детей. Уверенность в своих силах — это уже огромный шаг на пути к успешному будущему. И вы в состоянии помочь детям развить этот потенциал.

Принятие и вера в ребенка начинается с принятия и веры в себя.

Родительское отношение к себе напрямую влияет на формирование самооценки ребенка. Если есть непринятие себя, неверие в себя, то и в своего ребенка очень сложно поверить. Когда родитель принимает и верит в себя, он транслирует это ребенку через поддержку, ненавязчивую критику и акцент на его сильных сторонах, что позволяет малышу развиваться как самостоятельной личности.

Дети учатся на примере своих родителей, если родитель верит в себя, проявляет уверенность, ребенок тоже будет стремиться к этому. Родитель, который принимает себя, создает атмосферу, где ребенок чувствует себя в безопасности, может безошибочно ошибаться и учиться на своих ошибках, не боясь осуждения. Вместо критики и сравнения, родитель может поддержать и направить ребенка, помогая ему развить сильные стороны и принять недостатки. Принятие себя родителем способствует формированию у ребенка здоровой самооценки и веры в свои силы, что важно для его дальнейшего развития. Родитель, который верит в себя, больше склонен к осознанному подходу в воспитании, а не к импульсивным реакциям. *Родитель, принимающий себя, является для ребенка лучшим образцом поведения, и ребенок перенимает эту модель, что позволяет ему развивать собственную уверенность в себе.*

Поверьте в своего ребенка



Прежде всего, поверьте в уникальность и неповторимость своего ребёнка. Он не является точной копией вас самих. Итак, не следует требовать от сына или дочери реализации ваших жизненных программ и достижение ваших

целей. Предоставьте ребёнку право прожить свою жизнь так, как стремится именно он. Принимайте ребёнка таким, какой он есть, со всеми недостатками, слабостями и достоинствами. Опирайтесь на сильные стороны его личности.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Каждый человек наделен индивидуальными особенностями и уникальными способностями, делающими его не похожим на других. С самого раннего детства надо объяснять ребёнку, что он неповторимый, так же как мама и папа и вообще все люди. *Очень важно, чтобы родители сумели дать почувствовать ребёнку, что он — единственный в своем роде.*

От того, какой образ «Я» утвердится в ребенке с детства, будет зависеть его будущее, успех не только в личной, но и во всех остальных сферах жизни.

Рассказать ребёнку о его уникальности и неповторимости необходимо родителям, пока он растет. Чтобы сформировать у ребенка правильное отношение к себе и другим, надо научить его ценить себя как личность и тогда он сможет поверить в себя.

Рекомендуемая литература



1. **Дети с небес. Искусство позитивного воспитания. Как развить в ребенке дух сотрудничества отзывчивость и уверенность в себе.**

Автор: Джон Грэй

<https://hospice.by/upload/iblock/e2a/%D0%94%D0%B5%D1%82%D0%B8%20%D1%81%20%D0%BD%D0%B5%D0%B1%D0%B5%D1%81%20%D0%94%D0%B6%D0%BE%D0%BD%20%D0%93%D1%80%D0%B5%D0%B9%202004.pdf>

2. Метаморфозы родительской любви, или как воспитывать, но не калечить

Автор: Ирина Юрьевна Млодик

<https://avidreaders.ru/book/metamorfozy-roditelskoy-lyubvi-ili-kak-voospityvat.html>



3. Воспитание без стресса.

Автор: Марвин Маршалл

<https://www.livelib.ru/book/126872/readpart-voospitanie-bez-stressa-marvin-marshall/~19>

