ШЕВЦОВА ЛЮДМИЛА ЛЕОНИДОВНА

педагог-психолог ГБУСОН РО «СРЦ Миллеровского района»

Ростовская область, г. Миллерово

Тема: Организация работы с родителями

Статья: Формирование перфекционизма у детей.

Перфекционизмом принято называть чрезмерное стремление к совершенству, склонность предъявлять самому себе и окружающим людям очень высокие требования. Иногда перфекционизм называют «синдромом отличника» — из-за желания все в жизни делать на «отлично». В школьном и студенческом возрасте такое поведение более типично для девушек из-за их большей склонности следовать социальным нормам, однако может развиваться и у молодых людей.

С психологической точки зрения перфекционизм — личностная черта со сложной структурой. Ее основные признаки:

Завышенный уровень притязаний и высокая требовательность к себе;

Высокие стандарты деятельности и ориентация на «самых успешных»;

Восприятие других людей как требовательных и критикующих;

Постоянное сравнение себя с окружающими;

Оценка и планирование деятельности по принципу «все или ничего» (поляризованное мышление);

Фиксация внимания на собственных неудачах и ошибках.

Опасно, когда у ребенка формируется не позитивный перфекционизм, который проявляется в постоянно рождающихся идеях о красоте, идеалах, когда что то не так, наступает глубокое разочарование, огорчение. От взрослых зависит, на сколько, дети гармонично развиваются, как формируется модель отношения к делу, к вещам. Для одних похвала это стимул в дальнейших достижениях, но если у ребенка низкая самооценка, он часто не доволен собой, то отношение к похвале будет, как к способу произвести впечатление на других. Скорее всего, родители предъявляют ему требования, не совместимые с его возможностями, и не считаются с его мнением, при этом ребенку трудно «держать планку». Рекомендации:

- Когда вы видите, что у ребенка, что то не получается, похвалите его за старания. Главное научить преодолевать препятствия стоящие на пути к цели,

- Научите не зависеть от чужого мнения. Каждый может, одним нравиться другим нет. Сколько людей столько и мнений. Никогда не сравнивайте ребенка с другими, лишь с самим собой, вчерашним и сегодняшним.

Используйте методы и приемы, которые помогут сформировать правильное отношение ребенка к тому, чем он занимается. Ребенок должен знать для чего он делает данную работу, и какой будет результат.

- Научите планировать. Рассказать и показать последовательность, например, научите рисовать ( нарисуем траву, затем дерево, солнце и т.д.)

- Поощряйте старательность, интерес к делу, стремление преодолеть трудности, добиваясь намеченной цели.

- Поощряйте терпение, самостоятельность, инициативу, настойчивость.

- Подключайте ребенка к своему труду, заинтересуйте, помогите советом, развивайте самостоятельность.

Список литературы

1.     Абрамова Г.С. Возрастная психология: Учебное пособие для вузов.-

М.: Академический Проект,2010.-623с.

2.     Алферов А.Д. Психология развития школьников: Учебное пособие для вузов. - Ростов-на-Дону,2010.-384 с.

3.  Возрастная  и  педагогическая психология: Хрестоматия. - М.: Академия,2010.- 367 с.

4. Возрастная психология: детство, отрочество, юность: Хрес­томатия: Учебное пособие для пед. вузов. - М.:Академия,2011.-624 с.

5.    Крайг Г. Психология развития (Пер. с англ.) - СПб, 2010, 987 с.

 6.  Кулагина И.Ю., Колюцкий В.Н. Возрастная психология: Развитие человека от рождения до поздней зрелости: Учебное пособие для вузов.-М.:Юрайт,2017.-464 с.

7.  Мухина В.С. Возрастная психология: феномено­логия развития, детство, отрочество: Учебник.- М.: Академия, 2018.- 452 с.

8.    Обухова Л.Ф. Возрастная психология. – М.: Россия, 2011, 414 с 9.    Практикум  по возрастной психологии.- СПб.: Речь,2015.-682 с.

10. Фельдштейн Д.И. Возрастная и педагогическая психология: Избранные психологические труды. - М.:МПСИ,2012.- 427с