

Не забывайте поощрять и других в присутствии ребенка. Подчеркните достоинства другого и покажите, что ваш ребенок может также достичь этого.

Не сравнивайте ребенка с другими детьми. Сравните его с самим собой (тем, каким он был вчера и, возможно, будет завтра).

Полезно знать, что уровень самооценки не устанавливается раз и навсегда. Он может изменяться. Каждое наше обращение к ребенку, каждая оценка его деятельности, отношение к его успехам и неудачам - все это оказывает влияние на отношение ребенка к себе.

Формула удачи:

**УДАЧА =
ХОРОШИЕ МЫСЛИ+ДЕЛА**



Гималетдинова Лариса Александровна,
педагог-психолог МБОУ СОШ №8,
г. Радужный

Рекомендации для родителей по повышению самооценки ребенка



Рекомендации для родителей: Неудачником вырастет тот ребенок, которого...

Постоянно сравнивают с другими детьми, подчеркивая его недостатки;

Используют в отношении его слова «тупой», «глупый», «надоел», «не приставай», «нельзя», «отстань»;

Регулярно высмеивают, подчеркивают, что он маленький и слабый;

Следят за каждым его шагом, делают «правильные» замечания, не оставляют наедине со своими мыслями;

Держат в ежовых рукавицах, не балуют разговорами по душам, не отвечают на его «глупые» вопросы, не гладят по голове и не целуют...



Полезные советы:

Принимайте ребенка таким, какой он есть, без оценивания и сравнения его с другими детьми.

Если Вы запугиваете, угрожаете ребенку: Вы рискуете потерять веру в вашу любовь и воспитать неуверенного в себе человека.

Если Вы прибегаете к насилию: ребенок усвоит этот метод как способ общения.

Если Вы шантажируете и подкупаете ребенка: он станет манипулировать людьми и чувствами.

Говорите о своих чувствах сразу: выраженные позднее, они лишаются своей подлинности и им трудно поверить.

Говорите о своих проблемах и тревогах, выслушивайте мнение детей по этому поводу.

Принимайте ребенка, как бы тяжело он не провинился перед вами.

ФОРМИРОВАНИЕ

АДЕКВАТНОЙ САМООЦЕНКИ

Не перехваливайте ребенка, но и не забывайте поощрить его, когда он этого заслуживает. Помните, что похвала так же, как и наказание, должна быть соизмерима с поступком.

Не оберегайте своего ребенка от повседневных дел, не стремитесь решать за него все проблемы, но и не перегружайте его тем, что ему непосильно. Пусть ребенок выполняет доступные ему задания и получает удовлетворение от сделанного.

Показывайте своим примером адекватность отношения к успехам и неудачам. Оценивайте вслух свои возможности и результаты дела.

Поощряйте в ребенке инициативу. Пусть он будет лидером всех начинаний, но также покажите, что другие могут быть в чем-то лучше его.