

## Хвалите своих детей

Помните о том, что не все дети прирожденные гении, не всем одинаково легко дается учёба, но абсолютно все дети талантливы по-своему.

Родителям следует просто повнимательнее относиться к своим детям, чтобы отыскать этот талант, заложенный в ребёнке, и развить его.

Поощряйте всякое стремление ребёнка к самовыражению и развитию и ни в коем случае не говорите ему, что ему не стать, к примеру, великим певцом или танцором, художником или космонавтом. Подобными фразами вы не только отбиваете у ребёнка стремление к чему-либо, но и лишаете его уверенности в себе, занижаете его самооценку.

Обращайте внимание на увлечения ребёнка. Есть способности к рисованию – купите краски, альбомы, запишите в художественную школу. Это даст возможность ребёнку почувствовать себя успешным.



Тамбовское областное государственное  
бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного образования  
«Центр развития творчества  
детей и юношества»

## ВЛИЯНИЕ РОДИТЕЛЕЙ НА САМООЦЕНКУ РЕБЁНКА



**ТОГБОУ ДО**  
**«Центр развития творчества**  
**детей и юношества»**  
Отдел по профилактике асоциального  
поведения и пропаганде  
здорового образа жизни  
**8 (4752) 42-95-35**

**Самооценка** – оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей. Самооценка является важным регулятором поведения. От неё зависят взаимоотношения человека с окружающими, его критичность, требовательность к себе, отношение к успехам и неудачам.

### **Особенности поведения детей с различным уровнем самооценки**

**Адекватная самооценка** ребёнка характеризуется активностью, общительностью, оптимизмом.

**Высокая самооценка** – стремление к успехам в различных видах деятельности, уверенность в своих силах.

**Завышенная самооценка** – высокомерие, бестактность, переоценка своих возможностей, недооценка чужих.

**Низкая самооценка** – неуверенность в себе, застенчивость, повышенная тревожность.

**Заниженная самооценка** – пассивность, замкнутость, постоянная недооценка своих возможностей, переоценка чужих.

### **Последствия низкой самооценки**

Чувство неполноценности, возникающее у детей с заниженной самооценкой, снижает эффективность учёбы. Не нужно доказывать тот факт, что отметки и качество работы напрямую зависят от того, насколько уверенно или неуверенно ребёнок себя чувствует.

Низкая самооценка не только искажает представления ребёнка о себе, но и снижает способность любить и понимать других. Современные учёные пришли к выводу, что человек не может любить другого, если не обладает здоровым чувством любви к себе. Если ребёнок сомневается в собственной значимости, может ли он уважать других?

Если ощущение неполноценности терзает ребёнка, он начинает подсознательно придумывать прикрытия, которые помогают спрятаться от мира. Прикрытиями могут стать сарказм и грубая речь, высокомерие. Прикрытием может служить и уход от реальности. Ребёнок создает свой особый вымышленный мир, в котором нет проблем, и, следовательно, не нужно искать пути их решения.

### **Для развития адекватной самооценки у ребёнка**

Не оберегайте ребёнка от повседневных дел, не стремитесь решить за него все проблемы, но и не перегружайте его. Ставьте перед ребёнком посильные задачи, чтобы он смог почувствовать себя умелым и полезным.

Не перехваливайте ребёнка, но и не забывайте поощрять, когда он этого заслуживает.

Похвала и наказание тоже должны быть адекватными.

Показывайте своим примером адекватность отношения к успехам и неудачам.

Не сравнивайте ребёнка с другими детьми. Сравнивайте его с самим собой (тем, каким он был вчера или будет завтра).

Анализируйте вместе с ребёнком его неудачи, делая правильные выводы.

Старайтесь принимать вашего ребёнка таким, какой он есть.

Не бойтесь искренне любить своего ребёнка и показывать ему свою любовь!