

Формирование самооценки младшего школьника.

Для ребёнка очень важна самооценка, ведь она — основа формирования личности. **Адекватная самооценка** — это первый уверенный шаг в общество и успешную жизнь. Для формирования адекватной самооценки ребенка можно предложить следующие рекомендации:

1. **Похвала** – очень мощный инструмент, с помощью которого можно помочь детям поверить в себя. Не перехваливайте ребенка, но и не забывайте поощрить его, когда он этого заслуживает. Родители должны хвалить за значимые достижения: смог то, чего не делал раньше, проявил смелость, приложил старания и умение. Ежедневно делайте акцент на реальные достоинства. Ни одно достижение или способность ребенка не должны остаться незамеченными в семье.
2. **Реально оценивайте возможности своего ребенка** и ставьте ему задачи по силам. Если у ребенка что-то не получается, а вы понимаете, что он не может это сделать в силу своих природных данных и способностей, не обвиняйте его в этом.
3. **Не сравнивайте ребенка с другими детьми.** Сравнивайте его с самим собой (тем, каким он был вчера и, возможно, будет завтра).
4. **Найдите сферу, где ребенок был бы наиболее успешен**, где он смог бы максимально проявить свои таланты: кто-то в пении, кто-то в спорте, кто-то в театральной студии. Но эти таланты проявляются не сразу – порой нужно попробовать

несколько секций-кружков, чтобы понять, в чем действительно силен ребенок. Поддерживайте все начинания ребенка и предоставьте ему возможность выбрать занятие по душе.

5. **Поощряйте в ребенке инициативу.** Пусть он будет лидером всех начинаний, но также покажите, что другие могут быть в чем-то лучше его.
6. **Показывайте своим примером адекватность отношения к успехам и неудачам.** Оценивайте вслух свои возможности и результаты дела.
7. **Откажитесь от ярлыков в адрес своего ребенка** и не позволяйте другим членам семьи награждать его ярлыками.
8. **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. Покажите ему, что он способен сделать некоторые вещи даже лучше вас.
9. **Разрешите высказывать свою точку зрения и отстаивать собственное мнение.** Нередко родители совершают серьезную ошибку, когда не дают ребенку сказать ни слова в свое оправдание. Столь жесткое подавление личности может самым негативным образом сказаться на самооценке ребенка и его уверенности в себе.
10. **Предоставляйте право выбора.** Разрешите ребенку

принимать самостоятельно некоторые решения. Все это не только сделает его более самостоятельным, но и укрепит его уверенность в себе.

11. **Учите не бояться неудач.** Объясните, что все совершают ошибки, и это вполне естественно. Приучайте ребенка решать проблемы, не унывая и смело смотря вперед. Настраивайте на позитивное мышление и оптимистическое восприятие мира.
12. **Ведите доверительные беседы** с ребенком, анализируя его поступки.
13. **Подбирайте литературу**, которая бы учила выходить с достоинством из самой сложной ситуации и наглядно демонстрировала бы, что только сильный духом и уверенный в себе человек может решить любую проблему.
14. **Создайте правильную обстановку дома.** Спокойная, гармоничная атмосфера, благоприятный психологический климат в семье – пожалуй, одно главных условий благополучного психологического развития ребенка. Не стоит забывать, что то, какая самооценка будет у вашего ребенка – зависит, в первую очередь, от самих родителей. Каждое наше обращение к ребенку, каждая оценка его деятельности, отношение к его успехам и неудачам - все это оказывает влияние на отношение ребенка к себе.

Верьте в своего ребенка, несмотря ни на что!