



Рекомендации для родителей
«ФОРМИРОВАНИЕ АДЕКВАТНОЙ САМООЦЕНКИ У ДЕТЕЙ»

- Не изолируйте ребенка от домашних дел, не стремитесь решать за него все проблемы, но и не перегружайте его тем, что ему не по силам. Хорошо если ребенок выполняет доступные ему задания и получает удовлетворение от сделанного.
- Не перехвалите ребенка, но и не забывайте поощрять его, когда он этого заслуживает. Помните – похвала, так же как и наказание, должна быть соизмерима с поступком.
- Поощряйте в ребенке инициативу. Пусть он будет лидером всех начинаний, но также покажите, что другие могут быть в чем-то лучше его.
- Не забывайте поощрять и других детей в присутствии ребенка. Подчеркните достоинства другого и покажите, что ваш ребенок может также достичь этого.
- Показывайте своим примером адекватность отношения к успехам и неудачам. Оценивайте вслух свои возможности и результаты дела. • Не сравнивайте ребенка с другими детьми, с собой.
- Положительно оценивайте ребенка как личность, демонстрируйте доброжелательное отношение к нему. Для этого как можно чаще называйте ребенка по имени и хвалите его в присутствии других детей и взрослых («Я знаю, ты очень старался», «Ты умный мальчик»). Категорически откажитесь от негативных оценок личности ребенка и присущих ему качеств характера. («Ты тупой»)
- Не бойтесь указывать в тактичной форме ребенку на ошибки. («Работа хорошая, но зайчик у тебя, Ванюша, сегодня не получился»). Но результаты работы ребенка сравнивайте не с работами других детей, а с его же результатами, которых он достиг вчера, неделю или месяц назад («Посмотри, сегодня ты завязал шнурки лучше, чем вчера»). Как можно чаще поощряйте детей с заниженной самооценкой.
- Обсуждайте вместе с ребенком способы исправления ошибок и допустимых в данной ситуации форм поведения. («Как ты думаешь, что можно сделать, чтобы Юля простила тебя?»)