



Формирование положительной
самооценки дошкольника
важная составляющая
семейного воспитания



Самооценка – это то, как человек оценивает себя, свои возможности, свои поступки.



Самооценка

адекватная

неадекватная

заниженная

завышенная





Признаки низкой самооценки

- нежелание контактировать со сверстниками;
- возникновение повышенной тревожности, паники;
- уверенность в том, что ничего не получится;
- отказ от публичных выступлений ;
- зависимость от мнения окружающих;
- подражание;
- замкнутость, нежелание делиться своими проблемами

Способы повышения самооценки

- **помощь и поддержка;**
- **доверие;**
- **справедливость;**
- **уважение;**
- **отсутствие тотального контроля;**
- **интерес к увлечениям подростка**

Признаки завышенной самооценки

- **излишняя самоуверенность**
- **переоценка своих сил**
- **игнорирование неудач**
- **отсутствие самокритичности**
- **агрессивное отношение к окружающим**

Чтобы ребёнок не заболел «звёздной» болезнью

- не считайте своего ребёнка «кумиром»; он такой же как и другие дети
- не выгораживайте своего ребёнка, если он совершил плохой поступок;
- не оставляйте без внимания проступки даже самые лёгкие;
- не бойтесь критиковать его; это для его же пользы
- не задаривайте детей подарками за хорошую учёбу и поведение

Адекватная самооценка

правдивая и разумная оценка человеком своих способностей, а также нравственных и физических качеств.



Советы психолога

- Не оберегайте ребёнка от повседневных дел, не стремитесь решить за него все проблемы.
- Оставьте ребёнку право выбора.
- Не перехваливайте своего сына или дочь, но и не забывайте поощрять, когда он этого заслуживает.
- Поощряйте в ребёнке инициативу.

Советы психолога

- Показывайте своим примером адекватность отношения к успехам и неудачам.
- Не сравнивайте своего ребенка с другими детьми. Сравнивайте его с самим собой.
- Не бойтесь искренне любить своего ребенка и, главное — показывать ему свою любовь!



"Если ты потерял состояние, то ты еще ничего не потерял: состояние ты можешь нажить вновь. Если ты потерял честь, то попробуй приобрести славу — и честь тебе будет возвращена. Но если ты потерял веру в себя, то потерял все!"

И. В. Гёте