

Самооценка ребенка

Самооценка – это то, как человек оценивает себя, свои возможности, поступки. Постоянно сравнивая себя с другими, мы вырабатываем мнение о себе, своих возможностях и способностях, чертах своего характера и человеческих качествах. Постепенно складывается наша самооценка.

Адекватная самооценка позволяет человеку соотносить свои силы с задачами разной трудности и требованиями окружающих. Неадекватная (заниженная или завышенная) самооценка деформирует внутренний мир, мешает гармоничному развитию.

Самооценка начинает развиваться в раннем детстве. Задумайтесь над тем, из каких именно оценок взрослых складывается мнение ребенка о себе. Именно в семье и детском саду ребенок узнает, каков он, принимают ли его таким какой он есть, сопутствует ли ему успех или неудача.

Советы родителям, заинтересованным в формировании адекватной самооценки

- ✚ Не оберегайте ребенка от повседневных дел, не стремитесь решить за него все проблемы, но и не перезагружайте его. Пусть он поможет с уборкой, сам польет цветок, получит удовольствие от сделанного и заслуженного дела, похвалу. Не ставьте непосильные задачи.
- ✚ Не перехваливайте ребенка и не забывайте поощрять, когда он этого заслуживает. Если у него получилось поесть аккуратно, не размазав кашу по всему столу, обязательно отметьте это достижение.
- ✚ Поощряйте в ребенке инициативу.
- ✚ Показывайте своим примером адекватность отношения к успехам и неудачам.
- ✚ Не сравнивайте ребенка с другими детьми. Сравнивайте его с самим собой (тем, какой он был вчера или будет завтра).

