**САМООЦЕНКА РЕБЁНКА**

**6–7 годам, к школьному возрасту, ребенок уже способен на адекватную самооценку – на суждения о значении и значимости собственных поступков, талантов. Это очень важно для успешного обучения: ребенок должен уметь оценивать свои промахи или достижения, чтобы стремиться стать лучше. Но что делать, если с адекватностью самооценки у ребенка – проблема, которая очевидна даже любящему родительскому взгляду?**

**Сплошные комплексы!**

Самооценка не может появиться сама по себе, из ниоткуда. Изначально на строится на фундаменте мнения взрослых: замечаний мамы и папы, других близких людей. Иногда однаединственная случайно оброненная, некорректная фраза может серьезно подорвать детскую уверенность в себе. Но многие родители не придают этому особого значения. А ведь, казалось бы, от «неважного фактора» – нескольких сгоряча произнесенных слов – зависят и взаимоотношения ребенка с людьми, его окружающими, и критичность, требовательность к себе, и отношение к успехам и неудачам. К тому же самооценка тесно связана с уровнем притязаний человека, т.е. его желаниями и умением преодолевать трудности, которые стоят на пути к достижению цели. Расхождение между притязаниями человека и его реальными возможностями ведет к неправильной самооценке, вследствие чрезмерно сложные задачи, которые не всегда в состоянии решить, что в свою очередь может породить агрессию. Самооценка во многом определяет не только успешность обучения, но и характер человека, она влияет на все сферы жизни. Завышенная самооценка порождает в человеке такие отрицательные черты, как самоуверенность, высокомерие, некритичность к себе и к окружающим. Нередко «маленькие короли» нетерпимы к другим, заносчивы, конфликтны, из-за чего не могут ужиться в школе, не способны завести друзей. В учебе они предпочитают либо слишком трудные задачи, либо, наоборот, легкие, решение которых подтвердит его умения и не поставит под сомнение умственные способности. Любую неудачу самоуверенный ребенок спишет на «обстоятельства», «лень», «дурное настроение», но никогда – на нехватку способностей. Малыш уверен, что в любой работе он будет на высоте, т.к. талантлив, одарен, возможно, гениален! Даже если ребенок двоечник, он обязательно вспомнит событие или чего поведение искажается: возникают эмоциональные срывы, повышенная тревожность, неврозы. К примеру, неуверенный ребенок наотрез откажется от участия в олимпиаде, хотя он умен, хорошо к ней подготовлен. И хотя малыш будет в душе мечтать об участии в олимпиаде, из-за низкой самооценки никогда на это не решится, что аукнется еще большим разочарованием в собственных силах и депрессией. Заниженная самооценка в любом случае сопровождается застенчивостью и неуверенностью в себе. Закомплексованные дети всегда ждут подвоха, не верят в свои силы и характеризуют себя в лучшем случае как серых середнячков, а в худшем – никчемных, бездарных лузеров. Даже если ребенок отлично выполнит то или иное задание, он будет говорить, что ему «повезло», карта так легла», «учитель сжалился» – иными словами, считать, что похвала или высокий балл не заслужены. Со временем застенчивые ребята замыкаются в себе, они не способны отстаивать свое мнение, сомневаются в каждом принятом решении, опасаются сложностей, неприятностей, пасуют перед трудностями, не умеют ставить цели и добиваться их.

**Как слово наше отзовется…**  
Помните поговорку «Сто раз скажи собаке, что она поросенок, она и захрюкает»? Мнение окружающих действительно серьезно влияет на наше самосознание. Даже на взрослого человека можно воздействовать посредством оценок его поведения или деятельности, что уж говорить о ребенке, который крайне уязвим и зависим от родителей. Мнение родных для малыша – истина в последней инстанции, ведь мама и папа для него – это целый мир. И все, что они говорят, воспринимается как исключительная правда. Постоянные похвалы или порицания накладывают существенный отпечаток на формирование самооценки, а транслируемый родителями образ «хорошего» или «плохого» ребенка постепенно трансформируется в собственные представления малыша о себе. Кроме того, именно семейные установки прививают ребенку критерии оценки окружающих людей, ситуаций, поступков и себя самого. Надо заметить, что в младшем школьном возрасте самооценка детей перестает быть глобальной и абсолютной. Дошкольник считает себя самым-самым хорошим, а при неблагоприятном варианте – самым-самым плохим. А вот младший школьник уже не ставит себе максимальные оценки, хотя все еще склонен переоценивать свои возможности. Для того чтобы ребенок четко представлял границы своих возможностей, необходимо правильно оценивать результаты его деятельности. Чаще всего оценка взрослых сводится к банальным «хорошо-плохо». При этом не поясняется, в чем прав или не прав ребенок, где допустил ошибку, по какой причине.

**Главный совет родителям – хвалить ребенка чаще!**Нужно замечать любое достижение и тем самым подкреплять уверенность малыша в себе, направлять энергию ребенка в нужное русло: каждому ведь хочется повторить успех, услышать новую похвалу. Разумеется, важно, чтобы похвала была соразмерна затраченным усилиям, чтобы она шла от сердца и звучала искренне. То же самое применимо и к наказаниям, отрицательным оценкам.

**Когда вы ругаете или наказываете ребенка,он должен четко представлять**, за что его наказывают. Необходимо спокойно обсудить с малышом, что он сделал неверно и как следовало поступить;**надо оценивать поступок**, а не личность ребенка. Замените фразу «Ты плохой!» на «Ты неправильно поступил»;**возьмите за правило**: если вы очень разозлились на малыша, постарайтесь отложить момент наказания до того, как успокоитесь;**помните**: наказание исчерпывает проступок. Ребенок выполнил работу над ошибками, провел неделю без телевизора, попросил прощения – больше к «отработанному» наказанием поступку возвращаться нельзя никогда!**имейте в виду**, что наказание не должно быть очень отсроченным. Плохо выполненная контрольная работа не должна стать причиной отказа взять на интересное мероприятие через полгода.

***Имейте ввиду!!!  
Отношение к себе с годами может меняться, однако фундамент самооценки закладывается в детстве.***  
**И в зависимости от заложенной основы самооценка может быть: адекватной, завышенной, заниженной. Дети с адекватной самооценкой имеют достаточное представление о собственных интеллектуальных и физических задатках, они активны, находчивы, с интересом ищут ошибки в своих работах и выбирают задачи, соответствующие возможностям. Успех побуждает таких малышей решать более сложные задачи, а неудача – брать задания попроще.**

Удачи в воспитании Вашего чада!!!!

Материал подготовила: педагог-психолог МБДОУ №50 Массарова Л.В.