**ФОРМИРУЕМ ПОЛОЖИТЕЛЬНУЮ САМООЦЕНКУ У РЕБЕНКА**

У детей разного возраста может меняться самооценка. Это зависит от многих факторов - и от атмосферы в семье, и от окружения, и от характера ребенка. Как же развить у ребенка положительную, объективную и здоровую самооценку?

1. Любите ребенка
Нет родителей, которые всегда и во всем поступают правильно. Однако всегда нужно стараться относиться к ребенку с уважением и пониманием. Только искреннее общение с ребенком даст возможность почувствовать, что вы видите в нем хорошего, интересного человека, с которым хочется подружиться. Никогда не сравнивайте своего ребенка с другими детьми.

2. Развивайте чувство компетентности у ребенка
У вашего ребенка будет объективно высокая самооценка и уверенность в себе, если он будет успешен во многих сферах деятельности. Поэтому постоянно стремитесь к тому, чтобы ребенок многое умел делать собственными руками, решая задачи, опирался на собственные возможности и чтобы он мог гордиться своими достижениями.

3. Больше поощряйте и меньше наказывайте
Очень важно, чтобы родители хвалили ребенка, но не менее важно, чтобы его хвалили и посторонние люди. Поэтому родители должны создать такие условия, в которых ребенок мог бы проявить все свои способности и умения, чтобы заслужить одобрение окружающих. Это в значительной степени повысит его самооценку.

4. Предоставляйте ребенку самостоятельность
Никогда не делайте за своего ребенка то, что он может сделать сам. Дайте ребенку посильное поручение, за которое он лично отвечает: подмести пол, вынести мусор, накормить кошку и др. Пусть у него накапливается опыт, укрепляется самоуважение.

5. Не требуйте от ребенка невозможного
Соблюдайте равновесие. С одной стороны, необходим опыт, умение делать что-то самостоятельно. С другой стороны, важно, чтобы перегрузка не привела к неудаче, чтобы ребенок не утратил веры в свои силы.

6. Воспитывайте в своем ребенке уверенность в том, что он хороший человек
Все родители хотят, чтобы их дети были счастливы, чтобы у них складывались хорошие отношения с другими людьми. Так оно и будет, если вы научите своего ребенка совершать добрые дела, получая от этого удовольствие . Не старайтесь отгородить ребенка от семейных проблем. Ребенок постоянно должен получать практическое подтверждение того, что он способен быть ответственным, самостоятельным, компетентным и добрым человеком. Тогда у него будет высокая самооценка и адекватный уровень притязаний.

7. Меньше критикуйте ребенка
Из самых благих намерений родители стараются подмечать все промахи и неудачи ребенка и, что отрицательно сказывается на его самооценке, «навешивают ярлыки».