Ребенок и его самооценка.

Малыш растет, становясь все более самостоятельным и умелым. Он изучает мир, пробует себя в новых делах. Оценивая свои успехи и неудачи, прислушиваясь к мнению взрослых, ребенок приходит к выводу о собственной значимости. Другими словами, у него формируется самооценка.

 Самооценкой принято называть ту ценность, которую человек приписывает себе в целом и отдельным своим способностям. Взаимоотношения человека с окружающими, требовательность к себе, его успехи и неудачи напрямую зависят от уровня самооценки. Чтобы ваш ребенок чувствовал себя нужным и важным, был уверен в себе и настойчив в достижении цели, нужно поддерживать у него положительное представление о самом себе. Заниженная самооценка представляет огромную опасность для нормального развития ребенка. Однако чересчур высокое мнение о себе, отсутствие здоровой самокритики тоже крайне негативно влияет на формирование личности малыша. Важно, чтобы самооценка была не только высокой, но и адекватной, то есть представления о себе соответствовали действительности. Для маленького ребенка высокая самооценка – абсолютно нормальное явление. Изначально он оценивает свою личность целиком, поскольку не может разделить собственные способности и сформировать реалистическое мнение о каждой из них. Примерно к семи годам состав самооценки усложняется. В этом возрасте ребенок уже способен судить о своих качествах и способностях по отдельности. Например, он может быть не слишком высокого мнения о своей внешности, но быть уверенным в собственных спортивных достижениях.

 Предварительные выводы об уровне самооценки ребенка вы можете сделать, понаблюдав за его поведением. Дети с высокой самооценкой энергичны, общительны, любознательны, охотно участвуют в общих играх. Они не бояться быть в центре внимания и легко идут на контакт с новыми людьми. Конечно, и малыш с высокой самооценкой иногда стесняется знакомиться, боится выступать на сцене, обижается при проигрыше в игре. Но он способен преодолеть трудности и легко принимает помощь.

 Напоминаем: дети дошкольного возраста в норме имеют неадекватно высокую самооценку. Однако чем старше ребенок, тем больше должны настораживать вас такие особенности поведения, как желание во всем быть первым, стремление обратить на себя внимание любым способом. Эти явления характерны для детей с завышенной самооценкой. Они очень активны, с воодушевлением берутся за сложные дела, но часто не доводят их до конца. И совершенно не способны признавать свои неудачи, а тем

 Низкая самооценка приводит к замкнутости, нерешительности и обидчивости ребенка. Такой малыш молчалив, предпочитает быть один и боится привлекать к себе внимание. Он не хочет браться за незнакомое дело, потому что не верит в свои силы.

Пять советов родителям.

 Для формирования высокой адекватной самооценки ребенка необходимо придерживаться в общении с ним нескольких правил.

1. Учите размышлять и высказывать свою точку зрения. Непременно учитывайте мнение ребенка в семейных делах. Особенно это касается его непосредственных интересов.
2. Говорите с малышом, чаще задавайте ему вопросы: «Почему ты так думаешь?», «Что ты чувствуешь?». Побуждайте принимать самостоятельные решения и помогайте воплотить их в жизнь. Поддерживайте инициативу и высокий уровень притязаний. Поощряйте идеи, различные планы, какими бы удивительными они не казались. Однако важно, чтобы ребенок думал и о том, как свою мечту осуществить.
3. Освободите ребенка от чрезмерной опеки и контроля. Естественно, полностью самостоятельная жизнь возможна только в определенных границах, и для каждого возраста они свои. Но ребенку необходимо иметь личную жизнь. Ему нужно совершать ошибки и переживать их последствия. Только так можно принять реальное значение своих действий и проверить свои способности.
4. Не сравнивайте ребенка с другими детьми ни в хорошем, ни в плохом смысле. Единственное правильное сравнение – это сопоставление сегодняшних способностей ребенка с его же способностями в прошлом. Отметьте, если у него что-то стало получаться лучше.
5. Обязательно хвалите ребенка за достижения. Но помните, что нельзя злоупотреблять ни похвалами, ни наградами.