



ФОРМИРОВАНИЕ АДЕКВАТНОЙ САМООЦЕНКИ У РЕБЁНКА

Мы постоянно сравниваем себя с другими людьми и на основе этого сравнения вырабатываем мнение о себе, о своих возможностях и способностях, чертах своего характера и человеческих качествах. Так постепенно складывается наша самооценка. Но зачастую родители забывают, что процесс этот начинается уже в самом раннем возрасте. В дошкольном возрасте у ребёнка складывается ощущение благополучия-неблагополучия, которое в некоторой степени может помочь нам предположить, кем он станет в будущем: преуспевающим в любом деле человеком или тем, кто сомневается в своих силах.

Активность, находчивость, бодрость, чувство юмора, общительность, желание идти на контакт – вот те качества, которые свойственны детям с адекватной самооценкой. Они охотно участвуют в играх, не обижаются, если оказываются проигравшими и не дразнят других в случае выигрыша.

Пассивность, мнительность, повышенная ранимость, обидчивость часто свойственны детям с заниженной самооценкой. Они не хотят участвовать в играх, потому что боятся оказаться хуже других, а если участвуют в них, то часто обижаются и уходят. Иногда дети, которым даётся негативная оценка в семье, стремятся компенсировать это общение с другими детьми. Они хотят всегда и везде быть первыми и принимают близко к сердцу, если это не удается.

При завышенной самооценке дети во всем стремятся быть лучше других. Такой ребёнок порой бывает агрессивным по отношению к другим, которые тоже хотят быть лидерами.

Несколько советов родителям, заинтересованным в формировании адекватной самооценки.

- Не оберегайте своего ребёнка от повседневных дел, не стремитесь решать за него все проблемы, но и не перегружайте его тем, что ему непосильно. Пусть ребёнок выполняет доступные ему задания и получает удовольствие от сделанного.

- Не перехваливайте ребёнка, но и не забывайте поощрить его, когда он этого заслуживает. Помните, что похвала так же, как и наказание, должна быть соизмерима с поступком.
- Поощряйте в ребёнке инициативу. Пусть он будет лидером начинаний, но также покажите ему, что другие могут быть в чём-то лучше его.
- Не забывайте поощрять и других в присутствии ребёнка. Подчеркните достоинства другого и покажите, что ваш ребёнок может достичь этого.
- Показывайте своим примером адекватность отношения к успехам и неудачам. Оценивайте вслух свои возможности и результат дела.
- Не сравнивайте ребёнка с другими детьми. Сравнивайте его с самим собой (тем, каким он был вчера, и, возможно, будет, завтра).

Наша самооценка может быть слишком высокой или слишком низкой, а может находиться на среднем уровне. Важно, чтобы то, как оценивает себя ребенок, совпадало с его реальными возможностями.

Литература:

Н.В. Ключева, Ю.В. Касаткина Учим детей общению. Характер, коммуникабельность. - Ярославль, «Академия развития», 1997.

Суранова Ирина Петровна, воспитатель