|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Приемы для нормализации завышенной самооценки:**  1. Учите ребенка прислушиваться к мнению окружающих людей.  2. Учите уважать чувства и желания других детей, так как они так же важны, как и собственные чувства и желания.  **Приемы для повышения самооценки ребенка**:  1. Попросить совета как у равного или старшего. Обязательно при этом последуйте совету ребенка, даже если он далеко не лучший.  2. Попросите о помощи как у равного или старшего.  3. Есть моменты, когда и всемогущему взрослому нужно побыть младшим — слабым, зависимым, беспомощным, беззащитным. от ребенка! | |  | | --- | | Старайтесь принимать вашего ребенка таким, какой он есть | | |  |  | | --- | --- | |  | Формирование адекватной самооценки | | | |  | | --- | |  | |  | | Формирование адекватной самооценки | | Для родителей группы детей старшего дошкольного возраста | |
| Самооценка  — это уровень понимания человеком самого себя, своих положительных и отрицательных качеств, оценивание своей личности.  Самооценка бывает адекватной, завышенной и заниженной. | **«Понимание ребенком отметки, поставленной учителем, требует достаточно высокого уровня самооценки, а это приходит не сразу».** Правильные фразы для похвалы: 1. У тебя получится! 2. Я в тебя верю! 3. Не сдавайся, ты справишься! 4. Так держать! 5. Верь в себя! 6. Будь собой. 7. Ты отличный друг! 8. Я рада (горда), что у меня такой сын!  9. Уважаю твое решение!  **Правильное наказание ребенка:**  1.Наказание не должно вредить здоровью  2.Если есть сомнение, наказывать или не наказывать, — не наказывайте  3.За один раз — одно наказание  4.Наказан — прощен.  5.Наказание — не за счет любви. | -Оцените свой уровень **самооценки**.  -Больше времени проводите с ребенком и уделяйте ему внимание.  -Относитесь к делам малыша с уважением.  -Интересуйтесь, как у него дела, что он любит, а что нет.  -Не оберегайте ребенка от повседневных дел, не стремитесь решить за него все проблемы, но и не перегружайте его.  -Поощряйте в ребенке инициативу.  -Помните, что для формирования адекватной **самооценки как похвала**, так и наказание тоже должны быть адекватными.  -Показывайте своим примером адекватность отношения к успехам и неудачам.  -Не сравнивайте ребенка с другими детьми.  -Сравнивайте его с самим собой *(тем, каким он был вчера или будет завтра)*. |