**Консультация для педагогов**

**«Как поддерживать у ребенка положительную самооценку?»**

*На успешность человеческой жизни, помимо объективных обстоятельств, влияет также уровень самооценки, которая начинает формироваться в дошкольном периоде под влиянием окружения ребенка. Самооценка - это оценка личностью своих возможностей, качеств и места среди других людей.*

Стремление понять и поддержать ребенка, искреннее участие и сопереживание, чувство психологической защищенности — вот составляющие для формирования позитивной адекватной самооценки у ребенка.

**Ребенок с завышенной самооценкой** может считать, что он во всем прав. Он стремится к управлению другими детьми, видя их слабости, но не видя при этом своих собственных, часто перебивает, относится к другим свысока, всеми силами старается обратить на себя внимание. От ребенка с завышенной самооценкой можно услышать: "Я самый лучший". При завышенной самооценке дети часто агрессивны, принижают достижения других детей.

Если **самооценка ребенка занижена**, скорее всего, он тревожен, неуверен в собственных силах. Такой ребенок все время думает, что его обманут, обидят, недооценят, всегда ожидает худшего, выстраивает вокруг себя оборонительную стену недоверия. Он стремится к уединению, обидчив, нерешителен. Такие дети плохо адаптируются к новым условиям. При выполнении любого дела настроены на неудачу, находя непреодолимые препятствия. Дети с заниженной самооценкой зачастую отказываются от новых видов деятельности из-за страха не справиться, переоценивают достижения других детей и не придают значения собственным успехам.

Заниженная, негативная самооценка у ребенка крайне неблагоприятна для полноценного развития личности. У таких детей есть опасность формирования установки "Я плохой", "Я ничего не могу", "Я неудачник".

При **адекватной самооценке ребенок** создает вокруг себя атмосферу честности, ответственности, сострадания и любви. Он чувствует, что его ценят и уважают. Он верит в себя, хотя способен попросить о помощи, способен принимать решения, может признавать наличие ошибок в своей работе. Он ценит себя, а потому готов ценить и окружающих. У такого ребенка нет барьеров, мешающих ему испытывать разнообразные чувства к себе и окружающим. Он принимает себя и других такими, какие они есть.

***Если хвалить, то правильно***

Большое значение в формировании самооценки ребенка имеет заинтересованное отношение взрослого, одобрение, похвала, поддержка и поощрение - они стимулируют деятельность ребенка, формируют нравственные привычки поведения. Физиолог Д.В. Колесов отмечает: *"Похвала для закрепления хорошей привычки имеет большую действенность, чем порицание для предотвращения плохой привычки. Похвала, вызывая положительное эмоциональное состояние, способствует подъему сил, энергии, усиливает стремление человека к общению, сотрудничеству с другими людьми..."*. Если ребенок не получает своевременного одобрения в процессе деятельности, у него появляется чувство неуверенности.

Однако хвалить тоже надо правильно! Понимая, какое большое значение имеет похвала для ребенка, ею надо пользоваться очень умело. Владимир Леви, автор книги "Нестандартный ребенок" считает, что ***не надо хвалить ребенка*** в следующих случаях:

1. За то, что достигнуто не своим трудом - физическим, умственным или душевным.
2. Не подлежит похвале красота, здоровье. Все природные способности как таковые, включая и добрый нрав.
3. Игрушки, вещи, одежда, случайная находка.
4. Нельзя хвалить из жалости.
5. Из желания понравиться.

***Похвала и поощрение: за что?***

1. Важно помнить, что абсолютно все дети талантливы по-своему. Важно поощрять любое стремление ребенка к самовыражению и развитию. Ни в коем случае нельзя говорить ребенку, что ему не стать великим певцом, танцором и т.д. Подобными фразами вы не только отбиваете у ребенка стремление к чему-либо, но и лишаете его уверенности в себе, занижаете его самооценку, снижаете мотивацию.
2. Обязательно хвалите детей за любые заслуги: за победу на спортивных соревнованиях, за красивый рисунок.
3. Одним из приемов похвалы может быть аванс, или похвала за то, что будет. Одобрение заранее внушит малышу веру в себя, свои силы: "Ты это сможешь!". "Ты это почти умеешь!", "Ты обязательно справишься!", "Я в тебя верю!", "У тебя все получится!" и т.д. Похвала ребенка с утра — это аванс на весь долгий и трудный день.

Владимир Леви советует помнить о внушаемости ребенка. Если вы говорите: "Ничего из тебя никогда не выйдет!", "Ты неисправим, тебе одна дорога (в тюрьму, в милицию, в детдом и т.д.)" — то не удивляйтесь, если так оно и случится. Ведь это самое настоящее прямое внушение, и оно действует. Ребенок может поверить в ваши установки.

***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, так как воспитательный результат важнее любого другого.
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!

Уже в 5-7 лет этот прием, время от времени употребляемый, может дать чудодейственные результаты. И особенно с подростком, в отношениях "мать-сын" — если хотите воспитать настоящего мужчину.