***Консультация для родителей***

***«Как воспитать в ребенке самоуважение. 8 способов на заметку»***

Автор: Орлова Е.А.

МБДОУ «Детский сад №378» г.о. Самара

Эффективные электронные гаджеты и дорогие спортивные снаряжения ничто в сравнении с ценнейшим подарком, который могут сделать родители ребенку, наделив его способностью уважать себя независимо от жизненных перипетий.

Самоуважение определяет успешность человека, его способность заводить дружбу и уровень счастья.

Вот некоторые советы о том, как развивать в ребенке самоуважение.

1. Начать с себя. Трудно заставить малыша быть довольным собой, если кто-то из родителей чересчур самокритичен. Поэтому если такая проблема имеет место, то от нее следует избавиться. Возможно, потребуется помощь психолога.
2. Позволить ребенку быть собой и ценить собственные уникальные качества. Желательно чаще напоминать отпрыску о том, каким скучным оказался бы мир, если бы все люди были одинаковыми. Это заставит его задуматься о важности индивидуальных особенностей и разных мнений.
3. Не ожидать слишком многого. Одно дело — радоваться успехам своего ребенка, другое — давить на него, требуя недостижимого. Это может отрицательно сказаться на детской самооценке.
4. Поощрять стремление к реалистичным целям. Чем меньше разрыв между тем, что социологи называют «воспринимаемым я» и «идеальным я», тем выше самооценка. Ведь если установить очень высокую планку, то велик риск испытать разочарование.
5. Любить без условностей. Ребенок должен знать, что родители любят его просто так, независимо от обстоятельств. Наказание должно следовать за конкретный поступок, а не за особенности характера. Нельзя критиковать малыша, обзывая его уничижительными словами. Плохим может быть поведение, но не сам провинившийся карапуз.
6. Призывать ребенка пробовать что-то новое. Когда у него это получится, он почувствует прилив самоуважения, который возникает всегда, когда что-то удается сделать впервые. Не стоит бросаться на помощь, если у чада что-то не получается, иначе он не почувствует того удовлетворения, которое возникает при овладении новым навыком.
7. Доверять самостоятельное принятие решений. Количество возможных вариантов можно увеличивать по мере роста способности делать правильный выбор.
8. Пресекать любые негативные идеи о самом себе. Например, если ребенок решил, что он плохой ученик, потому что ему тяжело дается математика, то самое время напомнить об успехах в русском языке и баскетболе.

Важно помнить, что именно родители закладывают базис, на основе которого формируется детская самооценка. Поэтому стоит применить на практике эти рекомендации.