*Советы родителям.*

**Как повысит самооценку ребенка?**

Некоторые дети застенчивы, склонны к самокритике, и разобраться, что же стало причиной их меланхолии, сложно. Бывает, что ребенок подвержен частой смене настроений, тогда тоже тяжело разобраться в истинных причинах дурного расположения духа. Но в любом случае смена настроения малыша – сигнал для родителей. Не стоит легкомысленно относиться к тому, что чадо стало грустным, замкнутым, не хочет ходить в школу или встречаться с друзьями, хотя раньше таких проблем не было. То, что ребенок боится начинать новые дела, хотя до этого с удовольствием познавал мир, тоже может быть признаком изменения его самоощущения.

Иногда дети открыто заявляют, что не будут участвовать в утреннике, потому что у них не получится, не станут рисовать, потому что выходит некрасиво. Такие заявления не стоит пропускать.

Если раньше ребенок охотно затевал игры, был организатором, а теперь тихо рисует, не шалит, то, вероятно, для этого тоже есть причины. И, возможно, ему нужна помощь.

***Как ему помочь?***

Во-первых, внимательно понаблюдайте за тем, как ведет себя ваше чадо, как меняется его поведение, как он реагирует на замечания, новые предложения и неудачи. Во-вторых, разговаривайте с ним как можно больше. Но при этом избегайте нравоучительных бесед, старайтесь выбирать темы, которые приятны ребенку, прямо не касающиеся причины его волнений. Разговор должен носить дружеский характер. Вряд ли ребенок будет охотно отвечать на вопросы, почему стал менее активным, зато всегда расскажет, во что играл, о чем разговаривал с друзьями в школе.

* ***Хвалите своих детей***

Помните о том, что не все дети – прирожденные гении, не всем одинаково легко дается учеба, но абсолютно все дети талантливы по-своему. Родителям следует просто повнимательнее относиться к детям, чтобы отыскать этот талант, заложенный в ребенке, и развить его. Поощряйте всякое стремление ребенка к самовыражению и развитию и ни в коем случае не говорите ему, что ему не стать, к примеру, великим певцом либо танцором, либо художником. Подобными фразами вы не только отбиваете у ребенка стремление к чему-либо, но и лишаете его уверенности в себе, занижаете его самооценку.

**Обращайте внимание на увлечения ребенка. Есть способности к рисованию – купите краски и альбомы, запишите в художественную школу. Это даст возможность ребенку почувствовать себя успешным.**

Ни в коем случае нельзя допускать сравнений с другими детьми. Это только усугубит ситуацию, заставит ребенка почувствовать себя хуже всех. Кроме обиды и ревности вы ничего не добьетесь.

* ***Больше внимания***

Иногда ребенок начинает комплексовать, когда не справляется с какими-то заданиями, начинает учиться хуже, чем раньше. В ваших силах ему помочь: объясните ребенку темы, которые он не понимает, потренируйтесь вместе решать задачи, рисовать. В крайнем случае – наймите репетитора. Но ни в коем случае не пускайте ситуацию на самотек.

Обязательно хвалите детей за любые заслуги: за хорошие отметки в школе, за победу на спортивных соревнованиях, за красивый рисунок, за послушание. Похвала благотворно сказывается на самооценке детей.

Подготовила Юшковец В.В. по материалам сайта: http://www.metod-kopilka.ru/sovety\_roditelyam\_kak\_povysit\_samoocenku\_rebenka-1966.htm