Роль самооценки в формировании личности ребёнка

Самооценка личности – это то, как человек относится к самому себе, как видит себя и кем себя считает.

- Уровень самооценки – это СУБЪЕКТИВНЫЙ взгляд на самого себя. Это качество формируется постепенно с самого рождения и может быть осознанно или не осознанно изменено.
- Обычно его неосознанное изменение ведет к **низкому уровню самооценки.** Почему? Просто люди больше привыкли замечать плохое, нежели хорошее.
- Поскольку на плохом концентрируется больше внимания, соответственно оно лучше укореняется в подсознании, что и влияет непосредственно на отношение к себе.
- **Самооценка личности – это отправная точка для достижения успеха.** Если вы не в состоянии полюбить самого себя, то как же вам удастся питать любовь к кому-либо другому?

Как определить уровень самооценки?

Нарисуйте на чистом листе бумаги лесенку из 10 ступенек. Дайте ребенку инструкцию: представь себе, что на верхней ступеньке этой лесенки находятся самые лучшие дети на свете: самые красивые, самые умные, у них все получается, им легко и хорошо, их любят родители, их хвалят учителя, у них много друзей.

А на самой нижней ступеньке – те, кто прогуливает школу, плохо учится, не слушает родителей, с кем никто не дружит, кого часто ругают родители и их не очень любят. Подумай, где твое место на этой лесенке в данный момент, и нарисуй себя на ступеньке.

Ваша задача – научить ребенка правильно выходить из трудной ситуации, спокойно решая назревшую проблему.

Возможность стать отличником или хорошистом должна завоевываться в соревновании с самим собой. Нужно донести до ребенка, что гораздо важнее получать удовольствие от процесса учебы, а не от заработанной оценки.

Что делать, если ребенок видит себя на одной из верхних ступенек?

Очень важно не торопиться с выводами. Задайте уточняющие вопросы, прежде чем бить тревогу, например, что тебе позволяет претендовать на верхние ступеньки?

Если ребенок с уважением относится к сверстникам, если его достижения объективны, то нет причин бить тревогу.

Признав исключительность ребенка, предоставьте ему возможность действовать самостоятельно в тех ситуациях, где такая исключительность необходима для достижения успеха. Синяки и шишки, в которых придется винить самого себя – лучшее лекарство от излишней самоуверенности и заносчивости.

Оценка взрослых, укореняясь в сознании детей, становятся потом и их собственной оценкой.

Успехов вам и вашим детям