

Консультация для родителей и педагогов «Почему важно развивать у детей чувство самооценки и как помочь им в этом?»

**Подготовил:
Педагог-психолог
Писарева В.А.**

Чувство самооценки является одним из ключевых компонентов психологического благополучия ребенка. Когда у ребенка высокая самооценка, он чувствует уверенность в себе, способность принимать решения, справляться с трудностями и стремиться к достижению своих целей. Поэтому важно помогать детям развивать и укреплять свое чувство самооценки, чтобы они могли успешно справляться с жизненными вызовами и проблемами.

Почему важно развивать у детей чувство самооценки:

- 1. Уверенность в себе.** Высокая самооценка помогает детям верить в свои способности и возможности.
- 2. Мотивация к достижениям.** Дети с хорошим чувством самооценки более мотивированы к достижению своих целей.
- 3. Устойчивость к стрессам.** Развитое чувство самооценки помогает детям лучше справляться со стрессовыми ситуациями.
- 4. Лучшие отношения с окружающими.** Дети с высокой самооценкой легче находят общий язык с другими людьми и устанавливают качественные отношения.

Как помочь детям развить чувство самооценки:

- 1. Поддержка и похвала.** Поддерживайте ребенка, хвалите его за достижения, даже маленькие.
- 2. Учите принимать ошибки.** Помогайте ребенку видеть ошибки как возможность учиться и расти.
- 3. Развивайте навыки.** Помогайте ребенку развивать новые навыки и умения, чтобы он видел свой прогресс.
- 4. Поддерживайте интересы.** Помогайте ребенку заниматься тем, что ему нравится, чтобы он чувствовал себя успешным.
- 5. Обучение позитивному мышлению.** Учите ребенка видеть позитивные стороны в себе и в окружающем мире.

Рекомендации для педагогов и родителей:

- Будьте поддерживающими и понимающими.
- Создавайте условия для успеха и развития.
- Обучайте детей управлять своими эмоциями.
- Поддерживайте разнообразие интересов и увлечений.

Список использованной литературы:

1. Брэнден Н. "Самооценка. Как ее развить?", издательство "Альпина Паблишер", (2018 г).
2. Розенталь Д. "Чувство собственной ценности", издательство "Эксмо" (2017 г).
3. Деккер М. "Развитие самооценки у детей", издательство "Питер" (2019 г).