

## Памятка для педагогов

# Как повысить самооценку учащегося



### 5 правил повышения самооценки:

**Правило 1.** Поощряйте, хвалите ребенка за старание и усилия так же, как за достижения. Замечайте даже самые маленькие успехи. Хвалите как можно чаще. Давайте понять, что старание и настойчивость часто важнее результата.

**Правило 2.** Помогайте детям ставить реалистические цели. Если они сами или их родители ожидают слишком многого, неудача может стать разрушительной для их личности. Каждый ребенок должен знать, что его личные, пусть объективно небольшие по сравнению с другими, достижения вызовут вас такую же гордость и такое же восхищение как наивысшие достижения и победы других.

**Правило 3.** Исправляя ошибки, критикуйте поступки и действия, а не самого ребенка. Допустим, ребенок нарушает дисциплину в классе. Для того, чтобы не разрушить положительную самооценку, можно сказать примерно следующее: «Я понимаю, что тебе трудно долго сидеть на занятии, но постарайся, пожалуйста, вести себя тише». Разрушительное для самооценки высказывание может звучать так: «Куда родители смотрят, вырастили хулигана».

**Правило 4.** Давайте ребенку почувствовать настоящую ответственность. Дети, у которых есть обязанности по дому, в классе, считают себя значимыми в семье, членами «команды» классного коллектива. Выполнение своих обязанностей они воспринимают как достижение.

**Правило 5.** Показывайте и говорите детям, что вы их цените и уважаете личностное достоинство. Тогда ребенок увидит себя в положительном свете, примет себя.

**Будьте более внимательными к детям! Старайтесь вникать в их проблемы, находить с ними духовный контакт, проводить больше времени вместе, знать их друзей, быть в курсе увлечений. Тогда многих опасностей, связанных с наиболее сложным для вас и ребенка подростковым периодом, можно будет избежать.**