**Рекомендации**

**по формированию адекватной самооценки вашего ребёнка**

* Не решайте за ребёнка все его проблемы, и не делайте все его задания. Пусть ребёнок выполняет доступные ему поручения и получает удовольствие от сделанного.
* Ставьте перед ребёнком реальные цели, которые он может достичь самостоятельно, не прибегая к помощи взрослого. Учите ребенка самого оценивать, достиг ли он цели. Изначально сложное задание, которое не под силу, может уничтожить в нём уверенность в собственных силах и желание двигаться дальше к намеченной цели.
* Не перехвалите ребёнка, но и не забывайте поощрять его, когда он того заслуживает. Помните, что похвала, так же как и наказание, должны быть соизмеримы с важностью поступка.
* Поощряйте инициативу, пусть ребёнок сам будет инициатором всех своих начинаний.
* Подчёркивая при ребёнке достоинства и успехи других людей, не забывайте отметить, что при желании и определённых усилиях, и он может достигнуть такого же результата. Показывайте пример адекватного отношения к успехам и неудачам.
* Не сравнивайте малыша с другими детьми, лучше сравните его с самим собой, с тем, каким он был вчера и, возможно, будет завтра.