**Рекомендации подросткам, имеющим завышенную самооценку.**

1. Станьте реалистом. Вы не обязаны во всем разбираться лучше всех. Проанализируйте свои сильные стороны и постарайтесь найти слабые. Ничего страшного, если вы не владеете китайским языком или не разбираетесь в физике.

2. Уважайте других людей. Они тоже могут быть умными и разбираться во многих областях знаний. Ничего страшного, если кто-то владеет китайским языком и прекрасно разбирается в физике.

3. Не обижайтесь на критику. Критика может быть очень полезной, она может заставить двигаться дальше или обращает внимание на некоторые минусы, которые легко исправить.

4. Если вы не справились с каким-то делом или не выполнили поручение, то ищите причину в себе, а не в окружающих людях.

5. Старайтесь тщательно и объективно оценить свои возможности перед тем, как взяться за выполнение любого дела. Не думайте, что вам все по плечу и справитесь с любым делом без проблем.

6. Поймите, что у вас есть недостатки. Это нормально, вы ведь живой человек. Но не нужно считать свои недостатки мелочами, а недостатки других людей катастрофой.

7. Самокритика в небольших дозах полезна. Она способствует работе над собой, саморазвитию и самосовершенствованию.

8. Обращайте внимание на оценку окружающими вашей деятельности.