

## Определение уровня самооценки ребёнка

- Самоценность и уверенность: ребёнок выражает уверенность в своих силах и способностях, говорит о себе положительно и не преуменьшает свои достижения
- Реакция на неудачи: спокойно воспринимает неудачи и рассматривает их как возможность для обучения и роста, не склонен к самобичеванию и отрицательным мыслям о себе при возникновении трудностей
- Цели и амбиции: устанавливает цели и стремится их достигнуть, верит в свои способности достигать поставленных задач
- Социальные навыки: легко находит общий язык с ровесниками и взрослыми, не сравнивает себя с другими, проявляет инициативу в общении и не чувствует себя неуверенно в новых компаниях
- Восприятие критики: принимает конструктивную критику без обид и использует её для самосовершенствования, отличает конструктивную критику от необоснованной и не принимает последнюю близко к сердцу
- Самостоятельность: стремится выполнять задачи самостоятельно и не боится брать на себя ответственность, проявляет инициативу и готовность решать сложные задачи
- Эмоциональная устойчивость: сохраняет спокойствие и уверенность в стрессовых ситуациях, способен управлять своими эмоциями и не поддаваться панике или сильному волнению
- Отношение к своим достижениям: гордится своими достижениями и делится ими с окружающими, не боится демонстрировать свои успехи и получать за них признание
- Саморазвитие: проявляет интерес к саморазвитию и старается улучшать свои навыки и знания, ищет возможности для личностного роста и не боится пробовать новое

### 0 – 2 пункта

Низкий уровень самооценки у ребёнка

### 3 пункта

Средний уровень самооценки у ребёнка

### 4 – 9 пунктов

Повышенный уровень самооценки у ребёнка

Уровень самоуважения и самооценки у ребёнка является важнейшим аспектом его эмоционального и психологического благополучия. Здоровое самоуважение способствует уверенности в себе, устойчивости к стрессу и социальной адаптации. Формирование и поддержание позитивной самооценки требует внимательного подхода со стороны родителей и учителей. Важно создавать условия, в которых ребёнок чувствует себя ценным и любимым, а также предоставлять возможности для достижения и признания его успехов. Поддержка в трудные моменты, уважение к его чувствам и мнению, а также конструктивная критика играют ключевую роль в развитии самоуважения. Важно помнить, что каждое слово и действие влияют на самооценку ребёнка. Самоуважение и самооценка, заложенные в детстве, станут фундаментом для гармоничного и успешного взрослого человека.