

## **Советы родителям, заинтересованным в формировании адекватной самооценки подростка**

- Не оберегайте подростка от повседневных дел, не стремитесь решить за него все проблемы, но и не перегружайте его. Не ставьте перед ним непосильные задачи, для выполнения которых он ещё не дорос.
- Подросток внимательно наблюдает за вами. Показывайте своим примером адекватность отношения к успехам и неудачам.
- Удовлетворяйте потребности подростка в принятии, одобрении и доверии.
- Давайте возможность принимать самостоятельные решения и оставляйте право выбора.
- Внимательно выслушивайте и давайте возможность высказаться.
- Поддерживайте инициативы подростка, его попытки преодолеть трудности.
- Подросткам нужны не скучные нотации и надоедливые поучения, а искренние, душевные беседы, полезная, ясная, глубоко продуманная логическая аргументация, а главное – организация правильного нравственного опыта, убеждающего в справедливости нравственных норм и необходимости им следовать в повседневной жизни.
- Обсуждайте с подростком книги, кинофильмы, музыку, всё, что его интересует, он слушает и смотрит. Так вы найдёте общие темы для бесед и станете лучше понимать своего ребёнка.

- Искренняя заинтересованность в школьных делах, серьезное отношение к его первым спортивным достижениям и возможным трудностям помогут подростку подтвердить значимость его положения и деятельности.
  
- Каждый человек имеет право на ошибку.
  
- Искренне любите своего ребенка, и, главное показывайте ему свою любовь.