

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

**"КАК ВОСПИТАТЬ
УВЕРЕННОГО В СЕБЕ
РЕБЕНКА"**



**ОФОРМЛЕНИЕ: ГРУППА
ДВОРЕЦ ПОЛЕЗНЫХ МАТЕРИАЛОВ**

КАК ВЫРАЖАЕТСЯ НЕУВЕРЕННОСТЬ

1. Замкнутость, скрытность.

2. Робость.

3. Заниженная самооценка.

4. Слепое подражание.

5. Заторможенность, упрямство.

ЧЕГО НЕЛЬЗЯ ДЕЛАТЬ И ГОВОРИТЬ, ЧТОБЫ НЕ ПОДАВИТЬ УВЕРЕННОСТЬ В СЕБЕ:

1. Сомневаться в способностях.

2. Игнорировать потребности, желаний ребенка.

3. Акцентировать внимание на промахах, но принимать достижения как должное.

4. Критиковать прилюдно, давать негативную оценку не поступкам, а личности: "Вот ты растяпа! Ну что ты за ребенок такой!".

**ОФОРМЛЕНИЕ: ГРУППА
ДВОРЕЦ ПОЛЕЗНЫХ МАТЕРИАЛОВ**

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЧТОБЫ ВОСПИТАТЬ УВЕРЕННУЮ ЛИЧНОСТЬ

5. Быть объективными оценках.

«Ты самая красивая!», «Ты самый сильный!», — из таких фраз вырастает высокомерие, а после и разочарование при встрече с еще несколькими такими же.

6. Не сравнивать с другими.

Почему нужно быть похожей на какую-то другую девочку. Ну и что, что она учится лучше. Результат: неприязнь к девочке, обида на родителей, которым чужая девочка кажется лучше, нежелание что-либо менять из-за протеста.

7. Делиться своими проблемами.

И родители не совершенны, все могут допускать ошибки. Но проблемы можно решить, выход есть всегда. Подобные откровенные разговоры помогут научиться проще относиться к неудачам и преодолевать трудности, опираясь на опыт родителей.

8. Не ругать за ошибки.

Не допускает ошибок лишь тот, кто бездействует.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЧТОБЫ ВОСПИТАТЬ УВЕРЕННУЮ ЛИЧНОСТЬ

1. Начать с себя.

Дети и осознанно, и подсознательно берут пример с родителей. Если мама или папа все время сомневаются в правильности выбора, размышляют, что нужно было бы сделать иначе, чаду ничего не остается, как принять эту модель поведения за образец и

стать таким же неуверенным. Прислушивайтесь к своим желаниям и поступайте так, как хочется.

Тогда не придется сомневаться, со временем такой подход войдет в привычку.

2. Любить ребенка таким, какой он есть.

Все мы несовершенны и это нормально. А вот если начать указывать на недостатки, даже с лучшими побуждениями, можно не только растоптать самооценку ребенка, но и стать его врагом номер один. Видите, что у дочери лишний вес, помогите ей решить эту проблему, искоренив причину — перейдите всей семьей на правильное питание и заведите традицию спортивных выходных.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЧТОБЫ ВОСПИТАТЬ УВЕРЕННУЮ ЛИЧНОСТЬ

3. Поощрять самостоятельность.

С самого малого возраста необходимо давать возможность ребенку выбирать самому, что он наденет, куда пойдет гулять, с кем будет общаться и так далее. Сначала выбор может быть ограничен парой вариантов.

4. Отмечать успехи и благодарить.

Родители — перфекционисты обычно очень отравляют жизнь своим детям. «Получила пять по биологии? Ну еще бы ты на четыре ответила! Ты бы по русскому языку так отвечала!». Когда нет шансов дотянуться до идеала, руки опускаются: «Все равно у меня не получится ничего, зачем начинать».



ЧТО ДЕЛАТЬ, ЧТОБЫ ВОСПИТАТЬ УВЕРЕННУЮ ЛИЧНОСТЬ

9. Это необходимо для передачи опыта, для выявления потребностей, для оказания своевременной помощи. В целом, все предыдущие советы сложно реализовать без этого. Ребенок, растущий в любви, в понимании своей нужности, имея багаж разнообразного опыта от совместного времяпрепровождения, чувствует себя уверенно и непринужденно в большинстве ситуаций.

Источник текста:

<https://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2020/11/01/konsultatsiya-dlya-roditeley-kak-vozpitat-uverennogo>



ОФОРМЛЕНИЕ: ГРУППА ДВОРЕЦ ПОЛЕЗНЫХ МАТЕРИАЛОВ