



КАК ВЫРАСТИТЬ УВЕРЕННОГО В СЕБЕ РЕБЕНКА

Слушайте

Причем делайте это с самых первых дней жизни малыша. Не игнорируйте плач и агуканье, отвечайте на каждую улыбку карапуза. Не отмахивайтесь от лепета крохи, научитесь понимать его просьбы. «Мое мнение важно для окружающих» - один из главных постулатов «Человека В Себе Уверенного», и маленькая личность должна знать, что это действительно так – его слушают и слышат.

Проявляйте любовь

Вы счастливы, что у вас такой ребенок. Регулярно ставьте его об этом в известность! Осознание, что он любим и нужен, для малыша - основа уверенности в себе (да и для взрослых, кстати, тоже).

Не сравнивайте

Если вы думаете, что из фразы «Ваня уже не боится воды» отпрыск сделал вывод «И я не буду бояться», вы ошибаетесь. Его логическая цепочка, скорее всего, будет такой: «Ваня не боится воды, а я ее боюсь, значит, Ваня хороший, а я плохой, я трус».

Не критикуйте

Вы можете осуждать поступки маленького, но ни в коем случае не его самого. Допустим, он разбил чашку. Фраза «Ты разбил мою чашку. Вот видишь, что бывает, когда бегаешь, не глядя по сторонам...» отличается от фразы «Ты неуклюжий, неловкий, вечно от тебя одни беды!» Согласитесь, в последнем случае у малыша появляется повод винить себя: «Я плохой!» Не давайте «пищи для горестных раздумий», не ставьте в угол – лучше попытайтесь вместе реанимировать пострадавший предмет. Привычка исправлять свои ошибки в будущем поможет гораздо больше, нежели способность к самоуничижению.

Установите рамки

Ограничения необходимы, главное, их не должно быть сразу много. Начните с самого наиболее болезненного: «Игрушки у других ребят не отнимаем, дома не кричим, девочек не обижаем». И постепенно вводите в «договор» с ребенком новые пункты «нельзя».

Хвалите

В общении с будущими личностями, уверенными в себе, нужен специальный язык. Запомните: не «непонятные каракули», а «море в грозовую погоду», не «это недогорова или перекурица», а «какое интересное животное у тебя получилось!» Любое занятие начинайте с подчеркивания того, что то, что он делает, – хорошо. Когда юное дарование закончит творить, предложите повесить рисунок на стенку в его комнате.

Не высмеивайте

Не смейтесь над ребенком, не предавайте, ведь вы – его защита, поддержка и опора.

Не требуйте

Если малыш не сможет оправдать маминых надежд, это не повысит его самооценку. Скорее, наоборот, самолюбие ребенка будет уязвлено, и он решит: что-то у него определенно не получается, следовательно не стоит дальше и пытаться. В результате, даже имея неплохие данные, он навсегда может забыть о пении, рисовании или танцах. Просите его сделать чуть больше того, что он уже сделал. Но не требуйте невозможного!

Ободряйте

В ребенка надо вселять уверенность. Главное, чтобы слова звучали искренне.

Приучайте к ответственности

Регулярно поручайте вашему чаду небольшие задания: пусть он ежедневно в определенное время поливает цветы или кормит рыбок. Первое время контролируйте помощника и напоминайте, если он забыл об обязанностях: «Ай-ай-ай, а рыбки так ждали тебя! И цветочек загрустил без воды...» И непременно рассказывайте гостям, что у вас растет маленький хозяин – без него с рыбками не справиться.