

Консультация для родителей

«13 правил как вырастить уверенного ребенка»

1. Уверенный ребенок – тот, который верит в себя

Веру ребенок может получить:

Из родительской веры. Родитель, который верит в своего малыша, сможет вселить эту уверенность в него. Беспокоясь за ребенка, мы «уверяем» малыша, что у него ничего не получится. В то время как нужно больше внимания уделять ситуациям, когда ребенок был успешен и справлялся самостоятельно. Не забывайте и себе, и ему напоминать об этих моментах.

И если маленький непоседа ринется покорять лесенку на площадке, не кричите о том, что нельзя туда лазить, ведь он обязательно упадет.

Как же он научится, если не будет пробовать? Опыт бывает разный: как положительный, так и отрицательный. Лучше покажите, куда удобнее ставить ножку и как держаться руками. Ведь умеет же он подниматься по обычной лестнице, а когда-то и это препятствие казалось непреодолимым.

Да, не может он сейчас запомнить стишок, зато легко складывает числа.

2. Уверенный – не значит самодостаточный

Уверенная личность – не та, что никогда не попросит о помощи. Как раз тот, кто способен иногда обратиться за поддержкой, обладает большей уверенностью в себе. Если ребенок будет рассчитывать только на себя, он возьмет непосильную ношу, что приведет к перенапряжению и ошибкам. А для этого нужно знать объективную картину своих возможностей.

3. Уверенный ребенок понимает свои возможности, способности, таланты и ограничения

Никто из нас не идеален! И мы не можем делать абсолютно все и на отлично. Поэтому важно донести и до ребенка, что нельзя все уметь. Что-то дано, а к чему-то мы не склонны.

Обращая внимание на способности и развивая возможности ребенка в конкретном деле, вы можете взрастить настоящего специалиста в своей профессии.

Помогут определиться в успешном направлении хобби, кружки, курсы и другие дополнительные занятия.

Для этого спрашивайте ребенка о его мечтах и желаниях, которые содержат информацию о нем. Именно в фантазиях малыши наиболее близки к своему внутреннему «я», аутентичности (подлинности). Попробуйте составить с ребенком таблицу его возможностей: что он умеет делать, что не умеет, что делает лучше всех, что делает только он.

Мечтала одна девочка стать, например, сантехником, а стала – конфликтологом. Оказывается, сантехник в ее детском понимании был человеком, который может решить любые проблемы. Мечта сбылась!

4. Уверенный ребенок – ребенок, знающий свои права

Уверенный человек, как маленький, так и большой – тот, кто знает свои права. Права – это ощущение собственного достоинства. У кого их нет – по сути, раб, ограниченный в возможностях и действиях.

Ребенок, знающий свои права, сможет защитить себя, не станет жертвой, а также будет уважать и чужие права.

Лишенный прав и послушный человек – подавлен и не уверен в себе.

5. Уверенным никогда не будет униженный ребенок

Какими бы невинными ни были ваши насмешки и шутки, в ребенке зачастую они вызывают лишь озлобление. Принимая оскорбления за чистую монету, дети испытывают подавленность обесцениванием или вашей позицией покровителя.

Не хотите, чтобы ребенок вырос затравленным – не унижайте и не высмеивайте.

Унижая, вы рискуете в будущем получить такое же отношение к себе. Только уважение поможет вашему чаду стать увереннее.

6. Уверенный ребенок – это думающий, размышляющий ребенок, имеющий свою позицию и представления

Чтобы ребенок имел свое мнение и знал, что с ним считаются, надо чаще спрашивать «как ты думаешь», «как ты считаешь», «а как тебе кажется». Таким образом вы не стремитесь взвалить на него ношу взрослых забот, а хотите узнать его позицию, что он думает по тому или иному поводу.

Размышления ему нужны. Пока он маленький, понятно, что окончательное решение за вами, но с каждым годом ему придется принимать все больше самостоятельных решений.

7. Уверенный ребенок знает, чего он хочет

Как часто детское упрямство доводит до отчаяния родителей! Да, это для вас неудобно и не всегда хватает терпения на общение с маленьким упрямым, но ребенок должен знать, чего хочет. И родителям важно поддержать детский контакт со своими желаниями и возможность сохранить идентичность (осознание себя как личности, индивидуальности).

8. Уверенный ребенок – это не тот, кого контролируют

Прогулки, занятия, еда, игры, просмотр телевизора, чтение – пожалуй, трудно найти уголок в жизни ребенка, который бы не контролировали родители. Взрослые, заботясь, не дают ему «падать», совершая свои ошибки. Опасения родителей понятны, но как же он научится сам контролировать себя? Привыкнув к вашей «подстраховке», малыш не будет уверен в своих силах: не смогу без мамы, не знаю, я маленький...

В данных случаях полезно привлекать папу, дающего крохе больше свободы – а значит, и развивающего опыта.

9. Уверенный ребенок – тот, в чьей семье безопасно

Мой дом – моя крепость! Ребенок, имея надежный тыл в лице родных, будет уверен и в себе. Семья – это место, где можно расслабиться, от того там мы и наиболее уязвимы. А если в доме малыш сталкивается с насилием, оскорблениями, агрессивными атаками, неадекватным поведением взрослых, регулярным недовольством, критикой – тут не только веру в себя потеряешь.

Надежные родители – та опора, с которой ребенку расти и вступать во взрослую жизнь.

10. Уверенный ребенок – тот, кого не нагружают не по силам или не по возрасту

Если ребенку приходится делать то, к чему детский организм или психика не готовы, то не всегда он сможет справиться с этим. Казалось бы, родители должны это понимать и принимать. Но на практике то и дело своими поручениями мы вызываем у ребенка чувство неуспешности и тревоги.

Стоит ему не выполнить задачу, чувство вины и стыда – тут как тут!

Например, мамочки часто просят присмотреть старшего за младшим (поиграть, накормить, погулять), но иногда забывают, что он и сам еще ребенок (при небольшой разнице). А мальчику особенно важно ощущать себя сильным, крепким, уверенным, что он многое может. Не нужно рушить его веру в свои силы.

11. Уверенный ребенок – это точно не тот, кого стыдят, пугают и обвиняют

Не следует родителям забывать, что маленькие дети безоговорочно верят вам и тому, что вы говорите. Поэтому под натиском критики малыш начинает убеждаться, что он такой и есть, плохой. Стыжение, овладевая ребенком, унижает его, вызывая желание спрятаться. Под страхом обвинений малыш становится напряженным и считает себя глупее, чем на самом деле, не умеет брать ответственность за поступки. В силах папы и мамы помочь ребенку прожить вину, спрашивая о его чувствах и объясняя ситуацию.

Одна из самых популярных страховок родителей: «Иди отсюда, мне такой сын (дочь) не нужен!» или «Я уйду и оставлю тебя здесь!».

А ведь для малыша нет ничего ужаснее! «Теряя» свое место, дом – он теряет себя, ведь ребенок не представляет себя без вас и семьи. Испытывая подобный страх в детстве, человек получит кучу проблем и во взрослой жизни.

12. Уверенный ребенок – тот, кто хорошо умеет говорить «нет», когда считает нужным

Для родителей важно понять, что ребенок имеет право отказаться. Научившись прежде отличать «свое» от «не своего», малыш должен уметь, проявляя агрессию, выдавать отказ. Пусть сначала детские «нет!» мучают лишь вас, но зато вы можете быть уверены, что он в нужный момент сможет решительно отказать другим. Как взрослым, так и детям. Кроме того, он спокойнее будет принимать отказы прочих.

13. Уверенный ребенок – тот, кого принимают таким, как он есть

Что бы ни случилось, даже если он ошибся и не справился с чем-нибудь, ребенок должен понимать, что все равно его любят. Не удалось сейчас, обязательно получится потом. Нельзя «торговать» близостью.

Малыш только тогда вырастет уверенным в себе, когда будет знать, что его никогда не покинут и его место в семье незыблемо.

Никогда не сравнивайте с кем-либо своего ребенка и сами не конкурируйте с ним. Тревожному родителю трудно доверять ребенку – верьте в себя и в него. Рассказывайте побольше примеров о себе. Ведь вам тоже нелегко было учиться чему-либо. Разве мало вы совершали ошибок? Но вы постарались и преодолели трудности!

Педагог-психолог Казакова А.С.