

Воспитываем уверенность детей в себе

Безусловно, все родители мечтают о том, чтобы их дети выросли самостоятельными, уверенными в себе, умеющими отстаивать своё мнение людьми. Но очень часто сами мамы и папы своей неусыпной заботой просто не дают этим качествам развиваться в малышах. Как воспитать ребёнка уверенным в себе человеком? Об этом несколько советов ниже.

Безусловная любовь.

Первое, на чём зиждется всё мировосприятие ребёнка и строится его психология, - это любовь родителей. Малыш должен знать, что мама и папа, бабушки и дедушки, братья и сёстры любят его просто так, не за какие-то определённые достижения или поступки, любят таким, каков он есть. Ребёнок должен заслужить поощрение, но ни в коем случае ни любовь. Даже будучи наказанным за совершённый проступок, он нуждается в осознании, что любить его за это не перестали. Именно с таких простых и естественных чувств начинается уверенность в себе и в окружающих близких людях.

Ругайте правильно.

Ни один родитель не может похвастаться тем, что никогда в жизни не ругал своего ребёнка – это необходимый элемент воспитания. Однако взрослые должны помнить, что все слова, произнесённые ими в адрес малыша под действием минутного раздражения, он принимает за чистую монету. И если мама, выйдя из себя, скажет: «Ты неуклюжий и бестолковый!» - ребёнок на самом деле будет считать себя таким. Поэтому характеризовать нужно сам проступок, а не совершившего его. «Ты сделал неправильно, плохо, невнимательно. Так поступать нельзя, некрасиво и т.п.» - в таком ключе лучше произносить свою гневную тираду. Тогда в сознании ребёнка отложится, что плох конкретно какой-то проступок, а не он сам, и впредь будет избегать совершать его.

Воспитывайте командный дух.

Лучше всего уверенность в себе развивается в коллективе. Для этого запишите своего ребёнка в спортивные секции по командным видам спорта: футболу, хоккею, волейболу, т.е. предложите ему поиграть в те игры, где общая победа зависит от каждого участника. Это позволит ребёнку осознать свою собственную значимость для других людей, а именно так появляется уверенность. К тому же занятия спортом хорошо сказываются на здоровье и помогут в будущем сохранить хорошую фигуру (это важно не только для девочек, но и для мальчиков).

Ослабьте контроль.

Давая задания своему ребёнку, не ходите за ним по пятам и не контролируйте каждый этап их выполнения. Главное – результат. К примеру, уходя на работу, попросите ребёнка прибраться в своей комнате, а вечером просто оцените, как это сделано. Если хорошо – хвалите изо всех сил, делая упор на том, что он справился сам. А если задание выполнено спустя рукава, покажите, как вас это расстраивает, и уточните, как было бы правильно это сделать. Таким образом ребёнок почувствует свою ответственность за определённые домашние дела и уверенность в том, что он самостоятельно может с ними справиться. Постепенно задания можно усложнять, показывая этим ребёнку, что он совершенствуется, и вы уже доверяете ему важные вещи, как взрослому.

Литература:

Журнал «Мы растём» № 24 (август, 2015)