Как воспитать ребенка уверенного в себе

Воспитание у ребёнка уверенности в себе должно начинаться с самого раннего возраста. Ведущая роль в этом процессе принадлежит, конечно же, родителям.

Для того чтобы ребенок вырос уверенным в себе, родителям следует взять на заметку следующие советы:

1.Ежедневно выполняйте вместе с ребенком какую-то рутинную работу.

Когда определенные действия предсказуемы, они происходят примерно в одно и тоже время каждый день, ребёнок ощущает себя в безопасности, он уверен в себе и может контролировать свой мир. К примеру, если ребёнок знает, что после ванны ему обязательно будут читать детскую книгу, затем споют колыбельную, а затем он будет спать, ребёнок уже понимает последовательность событий и может подготовить себя к их смене.

Когда же события происходят случайно, хаотично, ребенок обеспокоен, он теряется в собственном мире, вследствие чего ребенок боится исследовать мир. Если же ребенок знает, чего можно ожидать, он полон энергии и готов исследовать все вокруг.

2.Предоставляйте ребёнку больше возможностей для игры.

Именно через игру дети узнают о себе, людях и окружающем их мире. В ходе игры дети также учатся решать проблемы (к примеру, достать мяч, который закатился под диван, одеть куклу, собрать конструктор) и развивают уверенность в себе.

3.Предоставляйте ребенку возможность решать проблемы.

Выступайте чаще в роли партнера для ребёнка, который всегда будет по мере необходимости готов помочь, однако никогда не отнимайте у ребёнка инициативы. Если у ребёнка что-то не получается, вместе разбирайте ситуацию, вместе думайте над тем, в чем проблема и как можно ее решить (но первым пусть всегда высказывается ребёнок).

При решении проблемы (если только у ребёнка нет никаких соображений) можно предложить ребенку несколько способов ее решения, но выбор все же оставить за ребёнком. Именно принимая самостоятельно решение, ребёнок развивает уверенность в себе и своих силах.

4.Давайте ребёнку выполнять те или иные обязанности.

С появлением у ребёнка обязанностей (которые он способен выполнить хорошо), у него укрепляется чувство того, что ему доверяют, в его помощи нуждаются, вместе с этим укрепляется и уверенность в себе.

5.Хвалите ребёнка за даже незначительные достижения.

Хвалите ребёнка за любые достижения, а для того, чтобы он о них сам не забывал, создавайте вместе с ним альбом из фото, на которых были бы запечатлены эти маленькие победы (первые шаги ребёнка, как ребёнок карабкается на кресло, как он впервые научился кататься на велосипеде, как впервые пошел в школу и т.д.).

6.Поддерживайте ребенка в его стремлении решить задачу, которая у него не получается.

Если у ребенка не получается решить определенную задачу, помогите разложить ее на более простые, с которыми ребёнок самостоятельно может справиться, что придаст ему спокойствия, уверенности и ощущения себя в безопасности.

К примеру, если ребенок хочет научиться кататься на велосипеде, но боится, посадите на велосипед любимую игрушку и прокатите её, затем пусть ребёнок прокатит самостоятельно другую игрушку, а затем с вашей помощью сам попробует прокатиться. Для того чтобы придать уверенности ребёнку, вы можете сказать, что будете стоять рядом с ним и помогать, если ему понадобится ваша помощь.

Самое главное, чтобы ребёнок понял, что даже сложные задачи он вполне может решить, и не боялся доводить дело до конца.

7.Используйте при воспитании ребёнка только позитивные утверждения.

Никогда не говорите ребенку фразы «Тебе это не под силу», «Ты этого не достоин» и т.д.

Своими отрицаниями мы с самого детства способны ограничить ребенка и посеять в нем неуверенность, что в будущем приведет к получению не той профессии, о которой ребенок мечтал, не той работы и т.д. в общем, не того, что ребенок хотел бы для себя. В воспитании следует с самого детства **использовать позитивные утверждения** «Ты с этим справишься», «Тебе это под силу», «Ты способен на многое», «Ты талантлив».