



## Чек-лист "17 фишек - усилителей уверенности ребенка"

Что делать, чтобы: - ребенок не боялся себя проявлять? - чтобы его не сломили обстоятельства? - чтобы верил в себя и добивался целей? - чтобы ребенок ребенок реализовал свой жизненный потенциал, задатки? - чтобы ребенок мог сказать "нет", дать отпор? - чтобы его не подавляли окружающие?

### 1. Важно самим верить в своего ребенка.

- сомнения; - ожидания; - не знаем своего ребенка.

### 2. Старайтесь всегда понять своего ребенка.

- Что ребенок хочет сказать своим поведением? Чего ему не хватает? Как ему помочь?

### 3. Внимание - на позитив.

- Обращайте больше внимания на хорошее поведение ребенка, а негатив пройдет сам собой.

### 4. Признавайте свои ошибки, просите прощение.

- Тем самым ребенок чувствует себя важным, значимым

## **5. Дайте ребенку возможность проявлять самостоятельность.**

- Уверенность в себе приходит только через деятельность, жизненный опыт.

## **6. Не вешайте ярлыки.**

- Ярлыки - привязанные к детям характеристики. В основном они носят негативный характер. Вы можете осуждать поступки ребенка, но не его самого.

## **7. Учите справляться со страхами.**

- Страх блокирует любую деятельность.

## **8. Устанавливайте и учите соблюдать границы и правила.**

- Это структурирует у ребенка огромный внешний мир и уменьшает развитие страхов и тревог. Появляется представление как вести себя в той или иной ситуации, с тем или иным человеком.

## **9. Поддерживайте ребенка.**

- Ребенок, который всегда может на вас рассчитывать, чувствует себя увереннее и безопаснее.

## **10. Занимайтесь совместными делами.**

## **11. Не сравнивайте ребенка с другими.**

- Сравнивайте ребенка с самим собой, напоминайте о его прошлых достижениях.

## **12. Найдите и развивайте таланты.**

- наблюдайте за ребенком; - помогите найти ему занятие, которое помогало бы развивать его способности; - главное, чтобы эти занятия не были принудительными; - предоставьте ему возможность самому определить, чем он хочет заниматься.

## **13. Развивайте общительность.**

- уверенность в себе формируется в ходе взаимодействия с другими людьми; - научите ребенка выражать свои желания и чувства; - необходимо обучать застенчивых детей навыкам общения со сверстниками.

## **14. Не конфликтуйте при ребенке.**

- Напряженная атмосфера негативно влияет на эмоциональное состояние ребенка, подрывая его доверие к родителям. - Дети часто начинают винить себя в ссорах родителей.

## **15. Научите ребенка любить ошибаться.**

- Любой новый опыт не возможен без ошибок, промахов и неудач.

## **16. Задавайте вопросы.**

- Как ты думаешь? Как ты считаешь? Можем ли мы?...и т.д. Ребенок считает, что его мнение важно, учится его проявлять!

## **17. Станьте сами примером уверенности.**

- Дети - наши маленькие учителя! Развивайтесь и учитесь вместе с ребенком! Если вы сами чувствуете неуверенность вам будет сложно воспитать малыша бойким и уверенным в себе и своих силах. Работайте над собой!

Лучший способ сделать ребенка хорошим - сделать его уверенным и счастливым!

Создано с помощью онлайн сервиса Чек-лист | Эксперт: <https://checklists.expert>

как это убрать?