

Советы родителям

«Повышаем самооценку ребёнка»

У каждого человека свой темперамент. Речь идёт не о холериках, сангвиниках и т.д, а о способности сопротивляться давлению, который мир оказывает на человека. У кого- то такая способность большая, а у кого- то не очень. Самооценка всегда будет зависеть от темперамента, от этой способности ответить миру.

1. Определите источник угнетения ребёнка.
2. Если, это вы, отойдите на два шага и дайте больше свободы вашему ребёнку. Если друзья, научите ребёнка не бояться иметь своё мнение.
3. Дайте понять ребёнку, что он интересен.
4. Дайте ребёнку возможность проявить себя. Например, в каком- либо виде спорта. Занимаясь, ребёнок учится быть организованным. Учится выбирать приоритеты между погулять и сходить на тренировку. Происходит закалка и личностный рост. Обязательное условие, эта деятельность должна привлекать ребёнка.
5. Поддерживайте своего ребёнка во всём. Не верьте, тому, что о нём говорят другие. Дайте возможность ребёнку рассказать, как обстоят дела. Учитель не всегда может оценивать ребёнка объективно. Кроме вас ребёнку не к кому обратиться. Вы его главная защита, опора и поддержка. Больше разговаривайте с ребёнком. Дайте понять, что вы на его стороне ВСЕГДА!
6. Всегда интересуйтесь увлечениями ребёнка. Это должно протекать ненавязчиво. Часто ребёнку нужна помощь в его увлечении. Предоставьте её. Тут опять мы говорим о диалоге. Интересуйтесь искренни! Бывает ребёнку приходится преодолевать страхи, некоторые препятствия, помогите ему.
7. Позвольте ребёнку быть самим собой!

7 фраз, которые надо говорить

ребёнку

1. «Я тебя люблю» говорите эту фразу ребёнку много раз в день.
2. «Мы счастливы, что ты у нас есть!» повышает уверенность в себе.
3. «Ты самый красивый в мире и ты самый лучший в мире ребёнок!». Не бойтесь избаловать своего ребёнка. Если у вас двое детей, говорите эту фразу каждому отдельно. Ребёнок вырастит спокойнее, гармоничнее.
4. «Ты самый талантливый в мире!». Все дети развиваются по своему. У кого-то достижения более выражены, более ранние, у кого-то менее. Надо давать ребёнку возможность чувствовать свою силу. Наша с вами задача не разуверять их в этом. У детей всё хорошо с критическим мышлением, они понимают, что поезд невозможно сдвинуть руками. Не говорите ребёнку что с ним, что-то не так, что у него не получается он и сам это знает, он ещё не научился. Но если вы каждый день говорите ребёнку, что он прекрасен во всём, это добавляет ему уверенности в себе.
5. «Если ты действительно что-то хочешь, имей смелость делать то, что ты хочешь!». Внутри у человека должен быть стержень.
6. «Я тебя всегда поддержу!» «Спасибо, что рассказал!» «Расскажи мне и мы вместе подумаем, как выйти из этой ситуации»
7. «Никогда не верь никому, что ты плохой, бездарь, неумёха и т. д.» это поможет ребёнку научиться критично относиться к мнению других людей о себе. Позволит ребёнку не сомневаться в себе тогда, когда не нужны эти сомнения. Никто не сидит в вашей голове, и они не боги что бы оценить насколько вы хороши, а насколько плохи!
К каждому человеку надо относиться так, как будто, это самая большая драгоценность в мире. И с ним априори всё хорошо. И с тобой всё хорошо!»