\* Как воспитать в ребенке уверенность в себе? \*

Многие родители оберегают своих детей с раннего возраста, сопровождая каждый шаг малыша всевозможными «ой»: «Ой, осторожно, ой, не трогай. Не бери, возьми, не клади, не упади - ой, ой, ой». Все эти ограничения лишают ребенка инициативы, пусть даже детской, развивается неуверенность - ведь без оглядки на родителей он уже ничего не может сделать.

В каждом ребенке заложен талант, и родители должны уметь разглядеть эти способности, помочь ребенку в развитии их. Однако часто возникает неуемное желание сделать из ребенка вундеркинда - стремление к заниманию первых мест. В гонке за показателями родители нагружают ребенка всевозможными занятиями (музыка, спорт, языки, кружки, танцы). В итоге получается, что истинная сущность ребенка никогда не удовлетворит родителей, которые заранее решили, что их дети обязательно будут самыми замечательными и выдающимися. Дети, которые видят к себе такое отношение, никогда не смогут быть довольны собой и своими успехами, и достижениями.

К сожалению, мы хвалим своих детей за высокие показатели и чаще ругаем даже за малые провинности. На самом деле родители, конечно же, любят своих детей независимо от внешних факторов, но не всегда считают уместным говорить им об этом, опасаясь своим отношением развить в ребенке вседозволенность.

Невозможно расслабиться и полностью сконцентрироваться на конкретной задаче, если постоянно думать о том, что любое наше дело будет пристально разбираться и оцениваться. А именно это и предлагается детям.

Все дети разные. У каждого ребенка существует своя эмоциональная реакция на отношение, людей, событие, и многое другое. Если мы не научимся, не только ожидать, но и поощрять, то вырастим закомплексованного, неуверенного человека, который не сможет противостоять трудностям и преодолевать их. Может мы переоцениваем своих детей, примеряя к ним такие же критерии, как и ко взрослому, требуя невозможного?

Но чаще у нас происходит крен в другую сторону, когда мы предъявляем слишком заниженные требования к ребенку, обращаемся с ним как с маленьким, несмотря на то, что он уже вырос. Детское стремление к независимости должно быть поддержано, но в рамках допустимого. Вместе со свободой поведения приходит и доверие, а также удовлетворение от правильности поступков, и ответственность за неправильные решения.

Если мы хотим вырастить уверенных в себе детей, то надо с раннего детства приучать их к ответственности не только за свои поступки, но и к ответственности за других людей. Помимо всех других преимуществ, ответственность за кого-то является защитой от излишней застенчивости. Очень хорошо, если в семье имеются еще дети. Поручите ребенку заботу о младших. В такой защите и опеке за детьми младшего возраста у вашего ребенка не останется времени думать о какой-то неуверенности в себе. Ребенок научится отстаивать права младшего, а значит и свои права…

Любой родитель своим вмешательством в конфликты детей подрывает его авторитет, уверенность в себе и умение постоять за себя. Прежде чем бежать на выручку, убедитесь в том, что ребенка несправедливо обидели. Если такой уверенности не существует, то дайте своему ребенку самому разбираться в проблеме. Иначе он свыкнется с мыслью о своей неспособности постоять за себя.

Застенчивость, неуверенность в себе можно преодолеть. Застенчивость обычно проявляется, когда человек боится, что не сможет добиться результата, которого ожидают, боится рисковать. Хорошо было бы поощрять детей иногда предпринимать рискованные предприятия. Подпитывать уверенность ребенка в том, что он сможет справиться, добиться цели.

Что такое уверенность в себе? Когда мы говорим уверенность, чувство собственного достоинства, самооценка, гордость – все это означает понимание себя. А этому нужно учиться.

Многие родители пытаются в детях воплотить свои несбывшиеся мечты, но это не совсем правильно. Важно дать детям возможность заниматься тем, чем они действительно хотят заниматься, что будет доставлять им удовольствие, что будет способствовать росту их уверенности в себе.

\* Детские страхи \*

Всегда нужно с пониманием относиться к детским страхам, к их видению ситуации. Никогда не насмехайтесь над ребенком и не приводите ему в противовес других детей. Такими параллелями мы только еще больше развиваем и укрепляем в ребенке комплексы, так как даже в глазах самых близких людей он хуже всех …

Мы хотим, чтобы наши дети стали менее робкими, уверенными в себе. А помогаем ли мы им в этом? Многие дети испытывают дикий страх, просто какой-то стопор, когда нужно предстать перед большой аудиторией. И это состояние оправдано детской неуверенностью в себе, страхом неудачи. Мы, родители, видя явную неготовность ребенка к данному действу, не считаемся с этим состоянием ребенка, подталкиваем его, тем самым облекаем на явный провал, который будет иметь самые не радужные для психики последствия. В такой момент следует остановиться и подумать, чего мы больше жаждем. Хотим, чтобы ребенок это сделал для нас, или все же ради себя.

Когда же мы убеждаемся, что наш ребенок созрел для выступления, то надо обязательно объяснять, что на пути к успеху неудачи возможны. Неудача – это ступень для движения вверх, а вот страх перед неудачей, нежелание испробовать свои силы, сделать хоть какое-то движение, чтобы преодолеть свою неуверенность и робость – вот это неудача и провал. Ребенок должен понимать, что успех – это готовность идти на риск, готовность попробовать сделать…

И еще... Если вы считаете, что ваш ребенок не коммуникабельный, то не существует такого критерия развития этих способностей (коммуникабельности). Ребенок относится к общению с позиции – нравится ему бывать с другими людьми, испытывает ли он удовольствие от общения. Когда вы видите, что ваш ребенок испытывает трудность в общении, то здесь важно, чтобы вы были открыты ребенку, чтобы ему было легко с вами обсуждать свое поведение...

Один из наиболее действенных способов воспитания уверенности в ребенке – научить его методу компенсации. Когда можно сбалансировать потери, вызванные недостаточными способностями ребенка, или его физическими данными, за счет его сильных сторон.

Например, ребенок физически развит недостаточно, зато в интеллектуальном плане намного опережает своих сверстников. Или же – нет склонности к точным наукам, зато гуманитарные даются легко. Родители должны помочь ребенку обнаружить в себе эти сильные стороны и научить его пользоваться ими, чтобы они приносили удовлетворение.

Проблемы, связанные с неуверенностью в себе, могут возникнуть у любого человека. Неуверенность – это незнание. Уверенность – это понимание.

Сейчас многие психологи рекомендуют родителям игнорировать нежелательное поведение детей и фиксировать свое внимание на положительном поведении ребенка. Считается, что ребенок за счет своего плохого поведения старается получить недостающее ему родительское внимание, пусть даже и в негативной форме. Наказывая и ругая детей за проступки, мы тем самым подкрепляем их нежелательное поведение…

Любите ребенка за то, что он есть, а не за то, что он сделал. Воспитывая, необходимо учитывать индивидуальные особенности ребенка и внимательно присматриваться к его увлечениям, чтобы в дальнейшем помочь наметить сферу будущей деятельности.

Педагог-психолог Матвеева А.А.