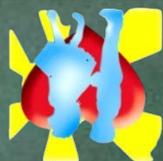


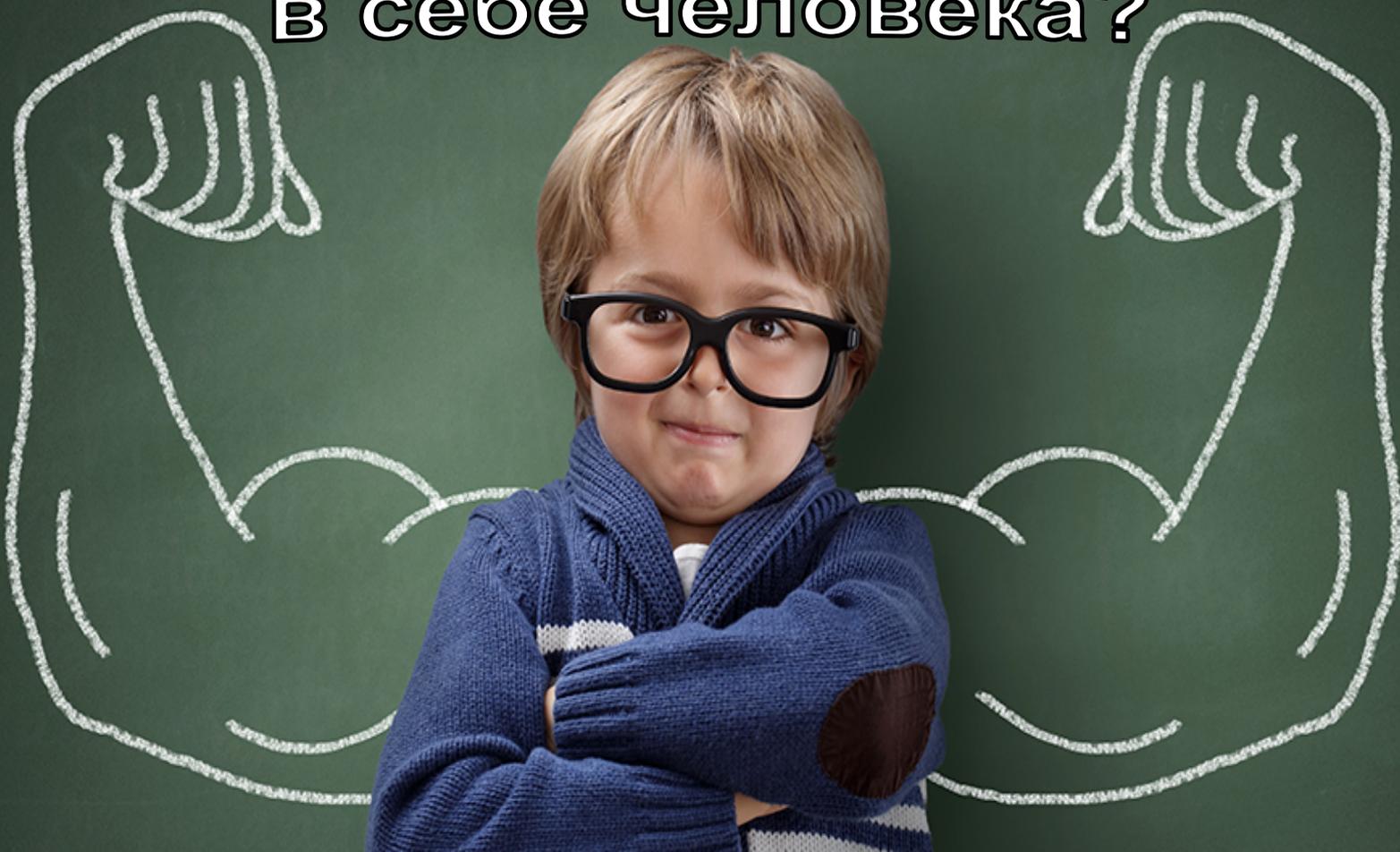


ХМАО-Югра, город Нефтеюганск, микрорайон 12, дом 25
Филиал: ХМАО-Югра, Нефтеюганский район, пгт.
Поиковский, улица 6-я, дом 4
Режим работы:
понедельник: 09.00 - 18.00,
вторник-пятница: 09.00 - 17.00, обед: 13.00-14.00.
Выходной: суббота, воскресенье
Телефон: 8(3463) 242636,
E-mail: Netfrcdprov@admhmao.ru
<http://rc-detstvo.rf/>



БУ ХМАО-Югры «Нефтеюганский реабилитационный центр»

Как воспитать уверенного в себе человека?



Уверенность в себе - это убеждение в том, что вы можете правильно справиться с той или иной ситуацией. Уверенность у детей формируется в процессе воспитания. Воспитание уверенности у ребёнка начинается с самого раннего возраста. И конечно же ведущая роль в этом процессе принадлежит родителям.

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

1 Ежедневная рутинная работа.

Когда определенные действия предсказуемы, они происходят примерно в одно и то же время каждый день, ребенок ощущает себя в безопасности, он уверен в себе и может контролировать свой мир. К примеру, если ребенок знает, что после ванны ему обязательно будут читать детскую книгу, затем споют колыбельную и он ляжет спать, то уже понимает

последовательность событий и может подготовиться к их смене.

Когда же события происходят случайно, хаотично, ребенок обеспокоен, он теряется в собственном мире, вследствие чего ребенок боится исследовать мир.

2. Предоставляйте ребенку возможность решать проблемы.

Будьте для ребенка партнером, который при необходимости сможет помочь. При возникновении детской проблемы, пробуйте разбирать ее вместе, но дайте высказаться ребенку первым, не отнимая у него инициативы.

Если ребенок не может предложить выход из ситуации, можно предложить ему несколько способов ее решения, но выбор все же оставить за ребенком. Именно принимая самостоятельно решение, ребенок развивает уверенность в себе и своих силах.

3. Давайте ребенку выполнять обязанности.

Обязанности, а тем более те, с которыми ребенок справляется хорошо укрепляют у него чувство того, что ему доверяют, в его помощи нуждаются, вместе с этим укрепляется и уверенность в себе.

4. Хвалите ребенка за даже незначительные достижения.

Хвалите ребенка 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 ребенка, как ребенок карабкается на кресло, как он впервые научился кататься на велосипеде, как впервые пошел в школу и т.д.).

5. Используйте при воспитании ребенка только позитивные утверждения.

Не говорите ребенку фразы "тебе это не под силу", "ты этого не достоин", "и не мечтай об этом, это нереально".

Своими отрицаниями мы с самого детства способны ограничить ребенка и посеять в нем неуверенность, что в будущем приведет к получению не той профессии, 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".

6. Дайте ребенку ощущение безусловной любви.

Ребенок должен понимать, что его любят независимо от его поступков и каких-либо качеств, любят всегда, любят просто за то, что он есть.

7. Улучшать коммуникативные навыки.

Полезно регулярно задавать вопросы о прожитом дне и поощрять желание рассказывать всё в подробностях. Давайте ребёнку проявлять коммуникативные навыки в общественных местах.

Например, позволить сделать заказ в ресторане, оплатить проезд в транспорте, поговорить на кассе с продавцом.

Вмешивая в детские конфликты только в самом крайнем случае.

Решая проблемы со сверстниками самостоятельно, дети учатся находить выход из сложных ситуаций.

