**КАК ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ**

 **СТАТЬ**

**УВЕРЕННЫМ В СЕБЕ**

**Уверенность в себе** – это важное качество, которое указывает на то, что человек ценит себя, отвечает за свои поступки, готов справиться с жизненными проблемами. И формироваться уверенность начинает с раннего детства.

Люди, нерешительные, сомневающиеся в себе и своих возможностях, испытывают значительные трудности в жизни, боятся брать ответственность, проявлять инициативу, менять свою жизнь к лучшему.

 Некоторые взрослые понимают под уверенным поведением нечто другое. Они учат своего ребенка быть эдаким "хозяином жизни"👑, культивируя в нем чувство превосходства над другими. Такие дети часто вырастают эгоцентричными, не способными понять чувства другого человека, считают, что весь мир должен им, ведут себя агрессивно 👿если не получают желаемого.

И сами родители потом от этого страдают😱потому что ребенок не уважает не только окружающих людей, но и РОДИТЕЛЕЙ(он на них кричит, делает все что ему нравится, а не то что благоразумно, набрасывается с кулаками./да, да как говорит подросток даю сдачу/и к слову, родители приходят к психологу в ожидании, что он будет воспитывать ребенка?!🤔Увы, психолог не занимается воспитанием!!!для этого есть родители!!!И в таком случае терапию начинают с папы и мамы)

Таким образом, родители играют главную роль в формировании у ребенка уверенности в себе. Это качество влияет на гармоничное развитие ребенка, качество жизни, успешность, взаимодействие в социуме, Уверенность в себе и своих силах — один из главных подарков, 🎁который родители могут подарить своим детям.

Итак, в чем причина:

* Недостаточное проявление любви или полное ее отсутствие. В результате ребенок чувствует себя одиноким несчастным (что-то со мной не так, меня не любят, я недостаточно хорош)./сейчас больше присутствует сыт? одет? хорошо…и все…/
* Угрозы, запугивания, агрессия,( со стороны родителей, а потом удивляются ,,Он кричит на меня?!,он выражает физическую агрессию на меня?! ),,нежелание договариваться, объяснять ( фраза которую можно услышать — «Будешь плохо себя вести, отдам тёте…всё, я пошла!»).
* Отсутствие поддержки и понимания проблем, страхов ребенка.
* Неуверенность в себе родителей. Невозможно научить тому, чем сам не обладаешь. В таких семьях фразы из разряда «Куда лезешь, не суйся… не умеешь, не берись…у тебя ничего не получится…» являются нормой общения. В результате ребенок приходит к выводу: «Если уж папа с мамой не верят в меня, значит я и в правду ничего не стою".
* Гиперопека. Попытка предостеречь от получения собственного опыта. Боязнь дать ответственность за свои действия. Последствие — безынициативные дети.
* Критика, сравнение с другими «более умными, послушными, красивыми…» я бы назвала и ,,удобными,, детьми. .

ЧТО ДЕЛАТЬ?

* Поощряйте усилия ребенка!
* Чаще хвалите ребенка!
* Давайте право на самостоятельность. Ошибка многих родителей - это желание «подстелить соломку». В этом нет нужды – шишки должны быть набиты, а опыт получен и отложен в памяти.
* Уважайте мысли и эмоции ребенка. Ваш ребенок имеет право быть с вами несогласным, испытывать злость, обиду, раздражение. Прекратите стыдить ребенка за его «неудобность», обесценивать его достижения, оскорблять только на том основании, что вы старше и «мудрее».
* Учите его отстаивать свою точку зрения. Прививайте вашему ребенку умение понимать и отстаивать свои интересы.
* Не прививайте ребенку чувство исключительности. Все дети для своих родителей — исключительные. Но когда они попадают в общество, то становятся обычными людьми. Ребенок должен понимать, что он не лучше, и не хуже других людей, так сформируется адекватная самооценка.
* Никогда не сравнивайте с другими!!!!!!!!!!!!!

❗❗❗**И Помните, ребенок заслуживает любви просто по праву рождения!!! Он не должен бороться за внимание родителей. Любите и принимайте своих детей со всеми недостатками. Родительская любовь, ласка, похвала, поддержка – основа для формирования самодостаточной и уверенной в себе личности.**