

## Как развить чувство самоуважения и собственного достоинства?

Дорогие родители, примите к сведению ряд рекомендаций, способствующих воспитанию у ребенка самоуважения и чувства собственного достоинства:

- Забудьте, о том, что вы – большой и вы воспитатель, а ваш ребенок маленький и он – объект воспитания. Не воспитывайте его, воспитывайте себя. *Примите его проблемы как свои настоящие. У ребенка для него самого нет простых проблем, они все самые важные. Покажите ему достойные варианты выхода из этих проблем, живите с ним его интересами. И меньше нотаций! Вспоминайте себя ребенком. Не забывайте, что воспитывают не ваши слова, а ваш личный пример.*

- *Постарайтесь не «ломать» природу ребенка, ваш ребенок это не вы, это другой человек со свойственной ему системой мироощущения. Не переделывайте его под себя, постарайтесь принимать его таким, каков он есть, помогая ему развиваться в его лучших сторонах. Ребенок должен быть уверен, что вы понимаете его и при любых обстоятельствах не перестанете его любить, вот такого, может быть совсем не похожего на вас. Родители способные оценить детскую непосредственность, прислушиваться к внутреннему голосу ребенка закладывают фундамент для морально-нравственной платформы характера.*

- *Постарайтесь понять, какие лучшие способности даны ребенку от природы. Стремитесь понять, какие мысли в большей степени «живут» в голове ребенка, о чем он думает, мечтает, переживает, отгадывайте мотивы его поведения, именно они составляют основу его характера. Предоставьте ему возможность попробовать себя в разных видах деятельности и в разных направлениях: в спорте, в искусстве, на интеллектуальном поприще.*

- *Поддерживайте увлечения ребенка, не противьтесь изо всех сил. Вам достаточно привести несколько веских аргументов против его выбора, если ребенок все равно настаивает на своем, дайте ему возможность поступить по своему желанию. Даже если это будет ошибкой, это его личный и очень важный жизненный опыт. Пусть все его «большие» ошибки останутся в дошкольном детстве. Только контролируйте ситуацию, не забывайте спрашивать ощущения ребенка от своего увлечения, анализируйте вместе его успехи. Чем раньше он научится брать ответственность за свой выбор, тем основательнее и разборчивее он будет в будущем.*

- *Ваша задача, чтобы рядом с вами ребенок не боялся вас, чувствовал себя сильнее, верил в себя. Внушайте ребенку, что он может все или почти все, если только поверит в себя, и научится работать. Одержимый вашей верой он действительно сможет многое. Хвалите ребенка по существу, за затраченные*

*моральные и физические усилия.* И лишь изредка, в случае болезни, в какой-то особой ситуации можно похвалить «с натяжкой» для поддержки. Мы все иногда нуждаемся в словах, которые сделают нас сильнее и уверенней. С решительными действиями приходят победы и самоуважение. С ощущением того, что тебя похвалили, с удовлетворением и радостью за самого себя также закладывается зерно самоуважения.

- *Спрашивайте у ребенка совета по разным вопросам.* Выслушивайте и благодарите. Рассуждайте вместе. Принимайте решения о разных покупках для дома за круглым столом, и выслушивайте мнение ребенка, его аргументы. С 3-4 лет ребенок может вполне принимать участие в таких семейных делах. Очень часто в определенные периоды развития это будет способствовать его самостоятельности. Все время показывайте ребенку свое расположение, одобряйте его хорошие поступки, не распоряжайтесь ни одной его вещью без его ведома. Чем раньше он поймет, что его мнение в семье очень важно, тем чаще он будет чувствовать свою ответственность.

- *Утвердите ребенка в мыслях, что он может делать что-то лучше других.* Ему время от времени придется утверждать свой авторитет и в кругу сверстников. И здесь нельзя оплошать. В среде сверстников, он обязательно должен продемонстрировать то, что он очень хорошо умеет, то, что он умеет лучше других, он должен получить это заветное признание «от своих». Здесь важны не только его умения что-то делать, а и способность выдвинуть лучшие аргументы в защиту себя. Это напрямую связано с развитием самооценки.

- *Чтобы воспитывать у ребенка некоторую независимость от мнения других, ему надо давать возможность выразить свою точку зрения на все что происходит с ним.* Он должен говорить спокойно без страха о том, что думает, не боясь, что за это его заругают или накажут. Как только мы взрослые начинаем неправильно комментировать сказанное ребенком, так он научается обманывать и держать язык за зубами. А скоро придет время, и мы начинаем обижаться, что ребенок нам ничего не рассказывает. *Нужно научить ребёнка самому признавать собственные достижения,* иначе он останется зависимым от мнения других. Добивайтесь, чтобы ребёнок сам оценивал собственные умения.

- *Жесткие приказания нужны в очень редких случаях.* В повседневной жизни *старайтесь не приказывать ребенку.* Лучше предоставляйте два варианта выбора. Прибегайте к убеждениям, находите весомые для ребенка аргументы. Отпустите на время сложную ситуацию, не торопите ребенка с исполнением, он сделает, как вы хотите. Если есть необходимость, поблагодарите за понимание и поддержку вашего мнения.

- *Не кричите постоянно.* А то, настанет время, когда ребенок не будет воспринимать ваш крик, или вообще, перестанет реагировать на вашу спокойную вразумительную речь. Того хуже, в какую-то критическую решающую минуту ребенок может не среагировать на ваш предупреждающий крик, это может обернуться трагедией. Ребенка нельзя приучать к трагическим нотам в голосе!

- *Всегда помните, что в любых проступках ребенка, следует винить, прежде всего, себя.* Это вами заложена программа жизни и поведения ребенка. *Если вы не довольны ребенком, срочно пересматривайте свое поведение с ним.*