

*Консультація для батьків*

**«Як допомогти  
дитині  
відчувати себе  
впевненою»**



Усім малюкам, від року до п'яти років, властиве відчуття всемогутності. Воно дозволяє їм адаптуватися до складного світу, до якого вони потрапили. Мовою психологів таке відчуття всесилля називається «грандіозною самотійністю». Батькам, до певної міри, звичайно, необхідно підігравати своєму чаду, підтримуючи цю ілюзію. Це допоможе дитині в майбутньому стати впевненим у собі переможцем.



## *Як можна рідше драгується на своє чадо*

*Так, діти можуть (і ще й як!) діяти на нерви. Але ваша досада і невдоволення формують у дитини програшну життєву стратегію і значно знижують рівень її поваги. Найчастіше стримуйтеся: наберіть побільше повітря, затримайте дихання і порахуйте до десяти — метод банальний, але дієвий. Однак врахуйте, що і в похвалах треба знати міру. У малюка, якого виховують в атмосфері гіперопіки і безперервного звеличення його достоїнств, атрофується готовність до труднощів, а натомість формується завищена самооцінка і надмірні претензії до суспільства. Життєвий принцип «Я кращий (краща), мені всі повинні!» не веде до успіху.*



## *Ніколи не допускайте неповаги до себе*

*Будьте для своєї дитини взірцем високої самооцінки. Адже приклади батьків дуже заразливі. Якщо ви дозволяєте собі сваритися при дитині, виявляти неповагу до чоловіка, свекрухи, рідних і випадкових людей (і навпаки, якщо все це вони виявляють по відношенню до вас), то вашому малюкові буде складно засвоїти уроки самоповаги, що б ви йому не говорили. Тому забороніть собі і близьким підвищувати голос при дітях, вимагайте вибачень за грубість, не допускайте, щоб вашу думку ігнорували. Тоді дитині буде легше діяти за аналогією з вами й усвідомити суть такого поняття, як самоповага.*

