

Как помочь старшекласснику обрести уверенность в себе?

Пути преодоления застенчивости и неуверенности старшеклассника дома и в школе

Памятка для родителей № 1

- Никогда не подчеркивайте вслух такую черту характера своего ребенка как застенчивость.
- Не демонстрируйте эту его черту характера посторонним людям.
- Помните, что педагоги часто ассоциируют застенчивость с плохой успеваемостью школьников.
- Поощряйте игры своего ребенка с детьми, которые немного младше его по возрасту. Это придает ему уверенность в своих силах. Не критикуйте его за это!
- Если сам выбирает для себя общество младших по возрасту детей, не позволяйте себе иронизировать над ним по этому поводу, и не мешайте ему.
- Не ставьте своего ребенка в неловкие ситуации, особенно при встрече с незнакомыми людьми или при большом скоплении народа.
- Вселяйте в своего ребенка уверенность в свои силы. Вместо слов «Я так за тебя боюсь» пусть лучше звучат слова: «Я в тебе уверена».
- Критикуйте своего ребенка как можно меньше. Ищите любую возможность показать его положительные стороны.
- Стимулируйте общение своего ребенка с другими детьми, приглашайте их к себе в дом.
- Не сравнивайте своего ребенка и его качества характера с качествами характера детей, которые бывают у вас дома.
- Позволяйте своему ребенку проявить инициативу в преодолении застенчивости, заметьте ее и вовремя оцените.

Памятка для родителей № 2

Уважаемые папы и мамы! Ваш ребенок не уверен в себе. Он нуждается в вашей помощи и поддержке. Вот некоторые правила, которыми вы должны руководствоваться.

- Хвалите своего ребенка за достижения, которые дались ему трудом и упорством.
- Порицайте не ребенка, а его недостойные поступки.
- Ставьте перед своим ребенком посильные задачи и оценивайте их достижение.
- Не оставляйте без внимания любые усилия ребенка по преодолению неуверенности в себе.
- Говорите со своим ребенком по душам, давайте возможность выговориться, поделиться наболевшим.
- Не мешайте своему ребенку ошибиться, не подменяйте его жизненный опыт своим.

- Не вселяйте в своего ребенка страх и боязнь по отношению к себе.
- Спрашивайте своего ребенка, если он вам сам ничего не говорит; делайте это тактично и тепло.
- Радуйтесь его победам над собой.
- Будьте рядом с ним, если он в этом нуждается!

Памятка для родителей №3

Важно:

- Ставить выполнимые задачи.
- Доводить начатое до конца.
- Давать самостоятельные задания.
- Любой положительный результат – хвалить, ободряюще поддерживать.
- Приветствовать инициативу, давать волю фантазии, предлагать выбрать варианты.
- Давать возможность права на ошибку.
- Подавать пример ребенку.
- Ставить в пример другим.

Нельзя:

- Усложнять задачи, если подросток к этому не стремится.
- Сравнивать ребенка с другими детьми (в том числе его братьями и сестрами). Каждый сам по себе лучший и неповторимый, даже если что-то делает хуже.
- Перехваливать – похвала должна выступать стимулом, а не быть пустым звуком. Подросток должен понять, что похвалу нужно заслужить.
- Пресекать инициативу, осуждать.