

## **Советы родителям, заинтересованным в формировании адекватной самооценки ребенка**

- не оберегайте своего ребенка от повседневных дел, не стремитесь решать за него все проблемы, но и не перегружайте его тем, что ему непосильно
  - не перехваливайте ребенка, но и не забывайте поощрить его, когда он этого заслуживает
  - поощряйте в ребенке инициативу. Пусть он будет лидером всех начинаний, но также покажите, что другие могут быть в чем-то лучше его
  - не забывайте поощрять и других в присутствии ребенка. Подчеркните достоинства другого и покажите, что ваш ребенок может также достичь этого
  - показывайте своим примером адекватность отношения к успехам и неудачам. Оценивайте в слух свои возможности и результаты дела
  - не сравнивайте ребенка с другими детьми. Сравните его с самим собой (тем каким он был вчера и, возможно, будет завтра)
- 

## **Советы родителям, как строить стиль своего поведения с беспокойным ребенком**

- избегайте крайностей: нельзя позволять ребенку делать все, что ему заблагорассудится, но нельзя и все запрещать, четко решайте для себя, что можно, а что нельзя, и согласуйте это со всеми членами семьи
- своим поведением показывайте ребенку пример: сдерживайте эмоции, ведь в своем поведении он подражает вам
- уделяйте ребенку достаточно внимания пусть он никогда не чувствует себя забытым, но в то же время объясните ребенку, что бывают такие моменты, когда у вас есть другие заботы, надо это понять и принять
- помните, что истерические приступы чаще всего связаны со стремлением обратить на себя внимание или вызвать жалость и сочувствие. Не надо потакать ребенку, не надо изменять своих требований, лучше, когда ребенок успокоится, объясните ему, почему вы поступили так, а не иначе.