**ПАМЯТКА ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ №1 «КАК ПОМОЧЬ ПОДРОСТКУ ОБРЕСТИ УВЕРЕННОСТЬ В СЕБЕ»**

Ваш ребенок неуверен в себе. Он нуждается в вашей помощи и поддержке. Вот некоторые правила, которыми вы должны руководствоваться.

♣ Хвалите своего ребенка за достижения, которые дались ему с трудом.

♣ 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 ошибаться, не подменяйте его жизненный опыт своим.

♣ Не вселяйте в своего ребенка страх и боязнь по отношению к себе.

♣ Спрашивайте своего ребенка о его проблемах, 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 ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ №2 «КАК ПОМОЧЬ ПОДРОСТКУ ОБРЕСТИ УВЕРЕННОСТЬ В СЕБЕ»**

♣ Никогда не подчеркивайте вслух такую черту характера своего ребенка, как неуверенность.

♣ Не демонстрируйте эту черту характера посторонним людям.

♣ Поощряйте общение своего подростка с детьми, которые младше его по возрасту. Это придаст ему уверенность в своих силах.

♣ Если подросток 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 уверен».

♣ 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 неуверенности, заметьте ее и вовремя оцените.

