

**Рекомендации педагога – психолога для родителей.**

**Как помочь подростку обрести уверенность в себе.**

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

2.      Не демонстрируйте эту черту характера посторонним людям.

3.      Помните, что педагоги часто ассоциируют неуверенность с плохой успеваемостью школьников.

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

5.      Если подросток сам выбирает для себя общество младших по возрасту детей, не позволяйте себе иронизировать над ним по этому поводу и не мешайте ему.

6.      Не ставьте своего ребенка в неловкие ситуации, особенно при встрече с незнакомыми людьми или при большом скоплении народа.

7.      Вселяйте в своего ребенка уверенность в свои силы. Вместо слов «Я так за тебя боюсь» пусть лучше звучат слова «Я в тебе уверен».

8.      Критикуйте своего ребенка как можно меньше. Ищите любую возможность показать его положительные стороны.

9.      Стимулируйте общение своего ребенка с другими детьми, приглашайте их к себе в дом.

10.  Не сравнивайте своего ребенка и его качества характера с качествами характера детей, которые бывают у вас дома.

11.  Позволяйте своему ребенку проявить инициативу в преодолении неуверенности, заметьте ее и вовремя оцените.