**10 bí quyết cực "độc" giúp trẻ tự tin**

**Sẽ thật là tuyệt vời nếu chúng ta có thể giúp trẻ lớn lên với lòng tự tin trong cuộc sống, để không chỉ tồn tại mà còn phấn đấu vươn lên. Một đứa trẻ tự tin cần có những suy nghĩ tích cực và thực tế về khả năng của mình.**

***Dưới đây là 10 gợi ý giúp trẻ tự tin hơn:***

**1. Hãy yêu trẻ**

Điều này dường như là hiển nhiên, nhưng có thể là điều quan trọng nhất mà bạn dành cho trẻ. Trẻ cần cảm nhận được rằng chúng được chấp nhận, được yêu, từ gia đình và mở rộng ra tới các nhóm như bạn bè, bạn học, nhóm chơi thể thao, cộng đồng xã hội. Hãy thường ôm trẻ và nói với chúng là bạn yêu chúng. Tình yêu không điều kiện sẽ tạo nên một nền tảng vững chắc cho sự tự tin.

**2. Hãy khuyến khích khi có thể**

Khi có thể, hãy khuyến khích, động viên trẻ bởi trẻ thường đo lượng những điều chúng làm được bằng những điều mà bạn nghĩ. Nhưng hãy chú ý thực tế trong lời khen ngợi của bạn. Nếu con bạn thất bại trong một nỗ lực nào đó, hãy động viên nỗ lực của trẻ chứ không phải là ca ngợi kết quả đạt được.

**3. Giúp con bạn đặt những mục tiêu thực tế**

Khi con bạn bắt đầu chơi bóng, ước mơ ban đầu sẽ là có mặt trong đội tuyển Olympic. Thế nhưng, khi ngay cả có chân trong đội bóng của lớp cũng không được, khi đó bạn cần hướng cho con đến những mục tiêu thực tế hơn. Hãy đặt ra những mục tiêu thực tế để con bạn tránh cảm giác là người thất bại.



**4. Yêu bản thân**

Hãy yêu bản thân mình trước khi bạn dạy con bạn yêu chúng. Hãy làm mẫu bằng cách tự tán thưởng mình khi đạt được thành tựu, chẳng hạn như về đích sớm trong một cuộc chạy, được thăng tiến trong công việc…hãy chia sẻ với con bạn. Hãy nói về những nỗ lực để có được những thành tựu đó với con bạn. Những cuộc nói chuyện như thế sẽ rất bổ ích cho con bạn để phát hiện ra chúng có thể có những khả năng gì và cần phát triển ra sao.

**5. Hãy học cách phấn đấu**

Không ai thành công với mọi thứ trong suốt cả đời. Sẽ có những lúc khó khăn, thất bại, gặp phải những chỉ trích và đau đớn. Hãy xem chúng như những bài học kinh nghiệm hơn là thất bại và thất vọng. Hãy dạy trẻ cách cố gắng và vùng dậy, hơn là dừng lại. Trẻ sẽ dần hiểu ra rằng khó khăn là một phần bình thường của cuộc sống và có thể kiểm soát được.

**6. Suy nghĩ về tính độc lập và dũng cảm**

Những đứa trẻ tự tin sẵn sàng trải nghiệm những thứ mới mẻ mà không có cảm giác sợ thất bại. Nếu chúng còn nhỏ, bạn cần phải giám sát chúng cẩn thận. Hãy đặt ra những tình huống đảm bảo an toàn mà trẻ có thể tự mình làm. Ví như bày cách làm bánh và để trẻ tự làm mà không can thiệp gì. Như thế, trẻ sẽ ngày càng tự tin và có ý thức trách nhiệm cao hơn với công việc của chúng.

**7. Khuyến khích các hoạt động thể thao và thể chất khác**

Thể thao không còn là lĩnh vực riêng của các cậu bé, mà nó giúp cho cả các em nam và nữ tự tin hơn trong các sinh hoạt. Chúng học được rằng chúng có thể luyện tập, cải thiện trình độ và đạt được mục tiêu. Chúng phát hiện ra năng lực, thế mạnh của bản thân, chấp nhận và tìm cách cải thiện những điểm yếu. Hãy cố gắng phát hiện ra một vài môn thể thao và hướng con bạn vào các môn đó, chẳng hạn như đá bóng, bơi, đi xe đạp hay tập võ…

**8. Ủng hộ cho những nỗ lực theo đuổi một sở thích của trẻ**

Mỗi người đều có một điểm mạnh nào đó, bạn cần tôn trọng và khuyến khích trẻ với những niềm đam mê của chúng, cho dù đôi khi nó không làm bạn hài lòng. Nếu đam mê của con bạn là chơi guitar trong một ban nhạc, hãy ủng hộ con bạn với điều kiện nó không ảnh hưởng đến việc học ở trường chẳng hạn. Điều đó đồng nghĩa với việc không phải bạn cho con bạn hoàn toàn tự do mà vẫn có sự kiểm soát.

**9. Đặt ra những quy định**

Trẻ sẽ tự tin hơn khi chúng biết ai là người chịu trách nhiệm và chúng trông đợi điều gì. Thậm chí nếu con bạn nghĩ là các quy định có quá khắt khe, chúng cũng sẽ tự tin hơn vì biết được chúng có thể làm gì và không làm gì.

**10. Xây dựng các mối quan hệ**

Tự tin trong các mối quan hệ cũng là chìa khóa để xây dựng sự tự tin của con bạn. Mối quan hệ đầu tiên và quan trọng nhất chính là lòng yêu thương giữa cha mẹ và con cái. Nhưng khi các mối giao tiếp của con bạn mở rộng hơn, bạn cần giúp con bạn hiểu rằng hành động của chúng sẽ ảnh hưởng đến người khác ra sao, và cũng giúp con bạn giữ sự tự tin khi người khác tác động đến chúng. Là cha mẹ, bạn không nên xử lý mọi tình huống cho con, mà là dạy con bạn sự sẻ chia, lòng tốt bụng và sự tự tin để ứng xử với những thăng trầm trong các mối quan hệ.