



**Изначально, все дети рождаются на свет оптимистами.** Задача мам и пап – не погасить в своем ребенке стремления радоваться жизни, получать удовольствие от повседневных событий.

Рекомендации для родителей по воспитанию оптимизма у ребенка:

Общайтесь с ребенком в позитивном ключе. Общение должно демонстрировать ребенку вашу любовь и нежность.

Почаще обнимайте и целуйте, просто гладьте по голове. Так ребенок будет чувствовать свою ценность, значимость.

К сожалению, очень часто наше общение с детьми представляет собой нескончаемый поток замечаний и указаний. «Наведи порядок», «Помой руки», – такое наше дети слышат от нас постоянно. Тогда как психологами доказано, что в течение дня человеку необходимо как минимум восемь объятий, чтобы чувствовать себя хорошо.

Больше разрешайте, меньше запрещайте.

Старайтесь формулировать необходимые запреты без приставки «не». Вместо «Не ешь конфеты» скажите: «Сначала поешь суп, а потом можно и конфеты». Психика ребенка устроена так, что он не слышит частицу «не», а концентрируется на самом утверждении.

□

Формулируйте позитивные установки. То, что говорят значимые взрослые, малыш воспринимает как данность. «Ты еще мал, не сможешь», «Она у нас слабая», «У него нет способностей к учебе» — так мы программируем детей на отрицательный результат.

□

Отмечайте заслуги и достижения ребенка, не сравнивая с другими. Помогите малышу ставить посильные задачи и достигать цели. Акцентируйте внимание на успехах, которых добился ребенок, не в сравнении с другими, а по отношению к самому себе.

□

«Ты научился красиво писать буквы», а не «Вот у Ани очень красивый почерк, не то что у тебя». Человеку необходимо научиться радоваться от своих достижений, получать удовольствие от своего «роста».

Учите воспринимать ошибки как стимул для их исправления.

□

Ошибки – это неотъемлемый опыт в познании мира. Не ругайте ребенка за них, иначе в дальнейшем он будет пытаться скрыть их от вас, бояться ошибиться.

□

И не забывайте главное правило: дети перенимают наше видение мира, наши ценности и установки. □

Будьте такими, какими вы хотите видеть собственного ребенка.