*Учите ребенка думать позитивно*

*Дети воспринимают мир позитивно. Не столько от нехватки опыта, сколько от абсолютного доверия миру. Для них сложно, а порой совершенно невозможно представить себе последствия неприятностей и катастроф, да и сами эти события могут казаться нереальными.*

Дети воспринимают мир позитивно. Не столько от нехватки опыта, сколько от абсолютного доверия миру. Для них сложно, а порой совершенно невозможно представить себе последствия неприятностей и катастроф, да и сами эти события могут казаться нереальными.

Для ребенка мир − это он сам. Окружающие для него − часть этого прекрасного мира, часть его самого. Все происходящее вокруг − это данность, а не плод чьих-то усилий. Он не сравнивает свой мир с другими мирами, он просто принимает его и наслаждается им.

Обратите внимание: ребенок, с которым вместо матери будет проводить все свое время, скажем, отец, не увидит в этом ничего необычного, пока не столкнется с другими семьями, пока не сравнит. И чтобы сравнение не стало началом неуверенности, стоит научить ребенка ценить себя и свой мир и принимать его, а значит, и себя, целиком.

Уже взрослея, ребенок начинает учиться бояться. Но учится не он сам, его этому учат. Иногда намеренно, иногда неосознанно. Все предостережения, которыми богаты народные пословицы и потешки, советы доброхотов на улице, несут в себе негативный заряд, который, накапливаясь, может исказить врожденное позитивное восприятие мира.

Вместо запугиваний можно научить ребенка предусмотрительности и дать ему инструмент для решения возникающих проблем.

Конечно, проще, а порой и эффективнее, напугать, обеспечив на какое-то время боязливое послушание ребенка. Но не стоит забывать, что все в этом мире взаимосвязано. И все бабайки и дюдюки нашего детства потом могут трансформироваться до полной неузнаваемости.

Наверное, многие знают детей, называемых в народе нытиками. Стоит такому ребенку упасть, как он начинает кричать, что сломал ногу. Крапива таких детей жжет как-то особенно сильно, часто это сопровождается реальными проявлениями ожогов, аллергических реакций, имеющих в большинстве случаев психосоматические корни.

Такие дети частенько бояться грозы, собак, громких звуков и любого изменения привычной ситуации. Они предпочитают тактильные контакты и присутствие рядом любимого взрослого − это дает им ощущение безопасности, которого нет в них самих.

Причиной такого поведения, скорее всего, является не плохое воспитание или врожденная черта характера, а отсутствие уверенности в себе, недостаток доверия другим.

Ребенка не нужно учить думать позитивно. Достаточно просто не мешать ему делать это.

Конечно, здесь встает вопрос приоритетов: что важнее для взрослого − сказать: «Не лезь к собаке, укусит!», обеспечив себе тем самым относительное спокойствие, потому что ребенок побоится подходить к животному, или же научить малыша безопасному поведению с животным, дав ему уверенность в своих силах и навык обращения с окружением, сохраняя доброе отношение с миром и самим собой.

К сожалению, стереотипы поведения, сложившиеся задолго до нас, и присутствующие как в наших головах, так и в народной мудрости и сказках, преодолевать трудно. Но именно их преодоление дает возможность воспитать сильную, уверенную в себе личность.

Все страхи у детей и предрассудки у взрослых − это незнание инструментов для понимания и владения ситуацией.

Конечно, во всем нужно знать меру. И ложная самоуверенность ни к чему хорошему не приведет. Копнув чуть глубже, можно увидеть, что и в самоуверенности кроется страх неудачи, страх неизвестности.

Ребенок, безрассудно залезающий на высокую стену, не имея при этом ни сил для ее преодоления, ни поддержки взрослого, − это человек, которому не дали возможности, не научили здраво оценивать себя и свое место в окружающем мире.

Вслушайтесь в наши разговоры. Как часто мы говорим «не делай!», вместо того чтобы сказать «а попробуй иначе». Что хочется крикнуть ребенку, тянущемуся к горячей воде? Когда последний раз вы разрешали сыну или дочке поваляться на траве или снегу без того, чтобы прервать их предостерегающим «встань, замерзнешь (замараешься)!»? Сколько раз слышали разговоры мам и бабушек о здоровье ребенка в его присутствии: «Он все время болеет! Такой слабенький!»? Можете ли без тревоги на лице и в голосе рассказать малышу, КАК ИМЕННО нужно переходить дорогу, чтобы «не задавили, не сшибли, не покалечили, не украли злые дядьки»?

Такие, казалось бы, мелочи лишний раз убеждают малыша в существовании огромного количества непреодолимых препятствий в жизни. Не давая при этом возможности разрешить ситуацию.

Психологи предлагают обучать ребенка самостоятельному мышлению, играя с ним в простые и важные для его развития игры.

Например, игра в перевертыши: нарисуйте или просто опишите трудную ситуацию, предложите ребенку ее исправить, потом опять усложните ее − пусть он снова придумает пути ее разрешения. (Пример: человек вышел из дома, забыв зонт, на улице ливень. Как можно разрешить ситуацию? Допустим, он купил зонт, но ветер сорвал спицы − что делать? И так далее). Потом поменяйтесь ролями: теперь ваша очередь решать жизненные задачки, предложенные ребенком.

Графический вариант игры больше подойдет визуалам, словесный − аудиалам. Кинестетикам интереснее может быть вариант игры с пластилином или глиной.

Можно поиграть с малышом в игру под кодовым названием «Что не…»:  
− Это что?  
− Чашка.  
− А, может, это все-таки машина? Нет? Но она же красная, как та, что стоит под окном! Все равно нет? Тогда это, наверное, стакан. Опять нет? Но в него тоже наливают воду! А в чем же тогда различия?

Или:  
− Кто это?  
− Котенок.  
− Да, это не еж, не воробей, а еще кто не?

Еще вариант:  
− Покажи свою не левую руку. А теперь не правую ногу.

Такие упражнения помогают ребенку вычленять главное, не отвлекаясь на незначительные детали, и, таким образом, повышают его уверенность в правильности собственного мнения.

Однако если ваш малыш уже имеет какие-то страхи или просто любит придумывать всевозможные ужасы «на ровном месте», не стоит его ругать или запрещать ему подобные разговоры. Дайте ему возможность видеть не только опасные и пугающие стороны действительности, но и положительные моменты. А также пути их достижения. Возможно, для него это своего рода психологическая разрядка.

Попробуйте вместе с ним найти варианты решения им же придуманных ситуаций.

И помните: все, что есть в голове вашего ребенка, − плод ваших слов и поступков.

Источник:          http://www.rastem.ru