



КАК ПРОГРАММИРОВАТЬ РЕБЕНКА НА УДАЧУ?

Открытость, ранимость и внушаемость детей делают их очень чувствительными к негативным воздействиям мира и общества.

Чтобы помочь ребенку, родители должны чаще использовать позитивные установки, которые могут стать

неисчерпаемым ресурсом сопротивляемости организма ребенка.

✓ Не внушайте ребенку, что он болезненный, неспособный, упрямый, несамостоятельный и т.д. Если он постоянно будет слышать это от взрослых, то может в это поверить и будет вести себя именно так.

✓ Не критикуйте личность ребенка, его негативные качества, желая помочь ему от них избавиться. Помните: критика должна быть направлена на неблагоприятный поступок малыша, его осуждение. Но делать это следует в мягкой форме, используя косвенные приемы.

✓ Расскажите ребенку сказку (или используйте метафору), в которой герой совершил не очень благовидный поступок. Дети прекрасно отождествляют себя со сказочными персонажами, и к тому же это поможет вашему малышу рассмотреть проблему как бы со стороны. Вместе с малышом поразмышляйте о том, как герою сказки выйти из затруднительной ситуации, исправить положение.

✓ Используйте известный психологический метод «Кавычки», заключающийся в том, что вы описываете выдуманную или реальную ситуацию, которая, по сути, аналогична актуальной, но была с вами в прошлом. Потом вы рассказываете, как была разрешена ситуация. Особенно этот метод эффективен при взаимодействии с более взрослыми детьми, подростками.

✓ Часто родители внушают детям: «не балуйся», «не плачь», «не дерись»... Такие замечания принадлежат к категории негативно сформулированных, так как они указывают ребенку на то, что ему делать не следует.

✓ Не делайте вашему ребенку негативно сформулированных внушений, так как при этом умалчивается желаемый вариант его поведения.

✓ Давайте ребенку позитивную установку поведения.

Негативно сформулированные внушения

1. Не нервничай.
2. Не дерись.
3. Не бойся.
4. Не горбись.

Позитивно сформулированные внушения

1. Успокойся.
2. Помирись и живите дружно.
3. Ты же смелый...
4. Сиди прямо.

✓ Предлагайте ребенку достойную, позитивно сформулированную альтернативу поведения. Обычно у человека есть две мотивации, связанные с успешной деятельностью: достижение успеха и избежание неудачи. Будущее человека и его положение в обществе во многом зависят от того, какая мотивация у него доминирует.

✓ Не создавайте для ребенка ситуацию постоянных запретов и ограничений, так как это может привести к тому, что его доминирующей мотивацией станет избежание неудач. Он будет ставить перед собой цели, которые в психологии получили название «цели избегания» (когда человек знает, чего он не хочет, но не может сформулировать цели, к достижению которой он стремится).

✓ Помните: позитивные родительские внушения учат детей позитивно и утвердительно определять свои цели; негативно сформулированные внушения часто приводят к прямо противоположному эффекту.

Например, родители говорят ребенку перед контрольной: «*Не тревожься, не переживай*». И тем самым усугубляют его напряжение. Бессознательное не воспринимает частицу «не», а получает команду «*тревожься, переживай*».

Успехов в воспитании ваших детей!