**СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ**

**ПО ФОРМИРОВАНИЮ ПОЗИТИВНОГО ОТНОШЕНИЯ К ЖИЗНИ** **У РЕБЕНКА**

 Некоторые дети с момента рождения обращают внимание только на негативные аспекты жизни. По своему темпераменту они не сразу интересуются происходящим, новая ситуация вызывает у них неловкость и сомнения, они не решаются заняться чем-то впервые. Многие прибегают к негативной позиции: «Я не могу, я не хочу, я не буду», чтобы избежать всего, что заставляет их беспокоиться или испытывать чувство страха.
 Независимо от того, является ли это прирожденным отношением или приобретенным, дети с отрицательным взглядом на жизнь могут получить немалую пользу для себя, если их уверенность в себе увеличится. Вот несколько советов, которые могут содействовать началу этого процесса, предлагаемых специалистами.

* **Обратите внимание на то, что интересует ребенка.** Постарайтесь узнать, что вызывает у него интерес или что дает ему возможность быть довольным собой, особенно, если он сам этого не замечает. Обратите его внимание на то, что у него хорошее настроение. Вполне вероятно, что в эти моменты ребенок увлечен чем-то и чувствует себя уверенно. После того, как он испытает чувство уверенности в себе, можно убедить его попробовать что-нибудь другое.

 Наблюдайте и прислушивайтесь к тому, что интересует и привлекает вашего ребенка. Например, если он, не отрываясь, следит за чемпионатом по каратэ, возможно, стоит отвести его в ближайшую школу каратэ, «чтобы просто посмотреть». Вам придется заглядывать туда несколько раз, прежде чем записать его в школу, но к этому времени он, возможно, сам попросит вас об этом.

 Часто ребенок проявляет больше готовности попробовать что-то, если он знает, что в любой момент сможет отказаться от этого занятия, если пожелает. Вы просто предложите ему: «Попробуй в течение короткого времени, скажем, в течение десяти-пятнадцати минут». Нередко дети, которые занялись чем-то, начинают понимать, что это им по-настоящему нравится. Однако дети с отрицательным взглядом на жизнь хотят знать, что у них с самого начала есть выход и что новое занятие не обязательно является постоянным и ограничено определенными временными рамками.

* **Оказывайте ему поддержку.** Вместо того чтобы упрекать ребенка за его отрицательную позицию, убедите его делиться с вами своими впечатлениями о том, почему он так чувствует себя, чем вызвано его поведение. Выслушайте рассказ о его чувствах, и проявите заботу и спокойствие, ободрите и поддержите его, постоянно поощряя стремление двигаться вперед. Скажите ему нечто вроде: «Давай подождем еще недельку и тогда увидим, как ты чувствуешь себя». Даже если детям не нравится какое-нибудь занятие, они могут испытывать удовлетворение оттого, что довели дело до конца.
* **Пусть у вас будет час семейного откровения.** Это будет время, в течение которого вы расскажете ребенку о том, как вам когда-то не хотелось бежать в эстафете, потому что из всего класса вы были самым низкорослым, или о том, как вы отчаянно боялись экзамена по математике. У детей существует ошибочное представление, что их родители — идеальные люди, поэтому им нужно увидеть, что и у вас были те же самые проблемы, страхи и ошибки. Детям полезно знать, что «ужасные вещи», происходящие с ними, случались и с другими людьми. Посмейтесь над этим. Полезно посмеяться над собственными ошибками, чтобы ваш ребенок тоже научился смеяться над своими. Один ребенок, у которого, по его мнению, ничего не получалось хорошо, любил слушать рассказ своей матери о ее первом собеседовании при поступлении на работу: «Когда собеседование закончилось, я встала со стула, взяла портфель, открыла дверь и вошла в стенной шкаф»,— рассказывала мать. Смех часто является лучшим лекарством при отрицательном отношении к жизни, вызванном страхом. Если мы перестанем воспринимать самих себя чересчур серьезно, наши дети поймут, что и они могут делать ошибки, смеяться над ними, затем собираться с силами и продолжать жить.
* **Записывайте случаи негативного поведения.** Всякий раз, когда ваш ребенок проявляет отрицательное отношение к чему-нибудь, записывайте, что произошло, и то, что происходило в это время вокруг. Это поможет вам опознать причину, вызвавшую такую позицию ребенка. Одна мать узнала, что ее дочь отказывалась принимать участие в тех мероприятиях, в которых участвует ее старшая сестра. После того как были составлены планы участия младшей дочери в тех мероприятиях, где не присутствует старшая дочь, младшая проявила гораздо большую заинтересованность в этих делах.
* **Пользуйтесь тайным сигналом.**Например, поднятие большого пальца или соединение большого и указательного пальцев в кольцо, означающее «о'кей», когда вы замечаете, что ваш ребенок относится к чему-то позитивно. Это решает две проблемы. Во-первых, это простой, незаметный для окружающих способ показать своему ребенку, что вы гордитесь его поведением, а во-вторых, это поможет вам больше узнать о собственном ребенке из того, что раньше не было вам известно.
* **Не прибегайте к штампам.** Самым верным способом добиться того, что у вашего ребенка сохранится негативная позиция, является присвоение ему штампа. Большинство из нас следует принципу: «Если ты так меня называешь, то я и буду таким». Если мне говорят, что у меня плохое отношение к окружающему, а мне это отношение нравится, то я и буду продолжать негативно относиться к жизни. В отношениях с детьми гораздо более эффективным является концентрация внимания на позитивных аспектах.
* **Развивайте в ребенке инициативность.** Очень доступно, ясно и хорошо о развитии инициативной личности пишет Лууле Виилма. По ее мнению, у ребенка, избалованного излишней добротой либо добрыми посулами, голова, хоть и наличествует, но не имеет собственных мыслей. У такого ребенка отсутствует инициативность. В лучшем случае он станет доказывать, что она у него есть. Если он не воспротивится всему хорошему, то до конца жизни будет исполнять чужую волю — будет прислугой, марионеткой, предметом обихода. Он может быть очень умным, однако без приказа его ум не придет в действие. Он становится посмешищем для глупцов, у которых, тем не менее, «котелок варит». Такой ребенок — изгой в детских и подростковых компаниях. Его эксплуатируют, делают исполнителем грязной работы. Если его втянут в какое-либо преступление, то положение его становится безвыходным, и из страха перед тюрьмой он будет вынужден оставаться в компании и впредь. Ему не видать пощады ни от родителей, ни от компании, ни от общества. Все требуют от него лишь того, что почитается ими за хорошее.
* **Безынициативный ребенок нуждается в приказе и ждет его.** Вместе с тем в ребенке тут же возникает внутренний протест, потому что приказ косвенно указывает на его неполноценность. Родители, желающие быть хорошими, живущие во имя домашнего покоя и старающиеся делать все для того, чтобы ребенок не плакал, получают все более ожесточенный отпор. Их охватывает смятение и разочарование, когда они пытаются предоставить ребенку свободу действий, говоря ему: «Делай так, как считаешь правильным», отчего ребенок только раздражается. «Делай!» звучит для него как приказ, но он не знает, как правильно. Ведь ему всегда подсказывали родители, воспитатели и учителя. Проблема усугубляется для обеих сторон.

 Для безынициативных родителей безынициативный ребенок причиняет массу хлопот, ибо им с самими собой-то не управиться. В них нет конкретности — их желания ориентированы на расплывчато благую цель. Поскольку ребенок испытывает родительские качества, являясь суровым экзаменатором, то им не стоит надеяться на что-либо хорошее во взаимоотношениях с ребенком, до тех пор, пока они не начнут работать над собой и не разберутся в самих себе.

 Многие родители, отдавшие все силы воспитанию, ощутив неправильность своих методов, однозначно решают действовать по-другому. И однажды на вопрос ребенка они задают встречный: «А ты сам как думаешь?» А что может думать ребенок, за которого до сих пор все решали родители? Прежде, исполняя приказ, ребенок доказывал, что он хороший, а теперь вдруг эту возможность у него отобрали безо всяких объяснений. Испуганный, он моментально ощетинивается серьезнее, чем когда-либо, и все лишь оттого, что родители не учли, что все новшества следует вводить постепенно. Дайте ребенку свыкнуться с новым. Первым делом научитесь сами мыслить самостоятельно и лишь затем научите этому ребенка.

**Желаем удачи!!!**