Составитель – Зонова Е.Г.,

педагог-психолог МАДОУ ЦРР –

детский сад, ул. Нефтяников

**Как воспитать ребенка-оптимиста**

Как известно, оптимисты не только реже болеют, чем пессимисты, но они еще менее подвержены стрессу и умеют чаще радоваться жизни. Если в Вашей семье появился ребенок, желательно уже с малых лет прививать ему качества оптимиста.

*Как же воспитать оптимиста в семье?*

*Помогайте Вашему малышу достигать успеха*

Дети формируют чувство собственного достоинства и развивают оптимистический взгляд на жизнь в те моменты, когда им что-то удается сделать хорошо. Родители должны оказывать детям поддержку, чтобы результат чаще был положительным. Кроме того, когда ребенку что-то удается выполнить хорошо, родители должны непременно это замечать вслух и хвалить ребенка за каждый хоть и незначительный, но успех.

*Объясняйте Вашему малышу, благодаря чему он смог достичь успеха.*

Одной похвалы недостаточно. Всегда за похвалой должно следовать объяснение, почему ребенку удалось, к примеру, успешно сделать тестовые задания (потому что он учил хорошо уроки, готовился к тестированию, повторял правила). Иными словами, важно показывать ребенку составляющие успеха. Ребенок должен понимать, что успех – это ряд последовательных шагов к цели, это - труд.

Если у ребенка что-то получилось неудачно, то в таком случае не стоит хвалить малыша, а следует поддержать и сказать, что в следующий раз ему непременно повезет.

*Не перехваливайте ребенка*

Ни в коем случае не стоит родителям утверждать, что все, что делает их ребенок, достойно похвалы. В противном случае, ребенок не сможет сам в будущем решать проблемы и не будет осознавать, когда он что-то будет делать не так, все это может привести к тому, что ребенок будет ощущать растерянность и неуверенность в себе, а может и вовсе впасть в депрессию.

*Оказывайте поддержку при неудачах ребенка*

Как только дети терпят неудачу, они сразу расстраиваются и чувствуют себя неуверенными. В такие моменты родители всегда должны быть рядом, чтобы поддержать и ободрить малыша. Так, к примеру, если ребенок плохо выполнил контрольную работу, скажите ему, что, возможно, ему следовало бы просто лучше подготовиться. Обязательно также следует добавить, что Вы просто уверены в том, что следующую контрольную работу Ваш ребенок выполнит блестяще, потому что он – умный и сообразительный. Нелишне будет отметить тот факт, что ребенок очень редко получает плохие отметки в школе, что говорит о том, что плохой результат данной контрольной работы – это исключение из правил.

*Учите ребенка замечать в людях и ситуациях хорошее*

Объясните ребенку, что в каждой ситуации есть положительные и отрицательные моменты и что даже в неудачах есть что-то позитивное. В игровой форме помогайте малышу увидеть что-то положительное в отрицательном. Так, к примеру, когда идет дождь, а Ваш малыш желает играть на улице, предложите альтернативу ему (пригласить друзей к Вам в дом поиграть и т.д.).

*Никогда не отзывайтесь плохо о ребенке в его присутствии*

Вы можете несколько скорректировать поведение ребенка, но ни в коем случае не называйте его врединой, глупцом, бездарностью, бесперспективным и т.д. Дети склонны верить родителям, по сей причине, в скором времени, если Вы будете часто произносить подобные слова в адрес ребенка, он и будет становиться врединой, глупцом и бездарностью.

WWW.mirpsyhologii.ru