

## 7.Принимайте его эмоции и позвольте их переживать.

Хочется скорее остановить детские слёзы, лишь бы не расстраиваться самому. Но иногда нужно прочувствовать обиду или огорчение, чтобы стать сильнее. Дайте ребенку выговориться, не успокаивая, но находясь рядом и разговаривая. Только так можно научиться справляться с эмоциями, а не избегать их. Быть психологически сильным родителем –



сложная задача. Но ради своего ребёнка стоит постараться освоить эти принципы жизни!

Кто такой «психологически сильный человек»? Он самостоятелен, независим, умеет противостоять трудностям и принимать критику, обладает объективной самооценкой, отзывчивый. И каждому родителю хочется воспитать именно такого ребёнка. Нет никакого секрета в воспитании сильного ребёнка. Это несколько принципов жизни, которые должны соблюдать сами родители. Их можно начать соблюдать и в зрелом возрасте, но эффективнее, если ребенок с детства воспитан в такой среде.

**Быть сильным духом** – это значит стойко переносить любые тяготы судьбы и уверенно идти к своим целям вопреки любым внешним или внутренним препятствиям. Это значит иметь внутренний стержень, мощную опору внутри себя, которая не зависит от внешних обстоятельств.

**Сильный человек** – это тот, кто умеет контролировать свои мысли и эмоции, всегда сохраняет позитивный настрой и уверенность в себе. Человек с сильным духом отличается **развитой силой воли,** ответственностью, организованностью, коммуникабельностью

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Центр развития ребёнка—детский сад»



*Как  
вырастить  
сильного духом  
ребёнка*

*Составитель: воспитатель  
Абросимова Н.П.*

Красноуфимск

## **7 правил, как воспитать сильного духом и мыслями ребёнка.**

### **1. Ребёнок – не центр всего мира**

«Детоцентризм», или система, при которой всё делается только во благо ребенка и в жертву другим, никогда не принесет ничего хорошего. У ребенка складывается впечатление, что у окружающих нет прав и желаний, всё зависит только от него. Во взрослом мире их ждут конфликты с миром, в котором не всё поддается их желанию.

*Стоит научить ребенка не только получать, но и отдавать миру. Так должно быть и в отношениях с близкими.*

### **2. Не прививайте синдром отличника**

«Либо победа, либо ничего» – довольно жестокий девиз. Ребёнок должен стремиться к совершенству, но не становиться средством по воплощению родительских мечт. Ценить нужно не первое место или приз, а процесс его достижения.

Ребенок с синдромом отличника боится не оправдать надежды близких и действует по инерции. Но не получает от этого радости или пользы.

### **3. Не превращайте ребёнка в жертву**

Ребенка толкнул одноклассник, подвёл друг или учитель поставил незаслуженную оценку. Здесь прав ребенок, но не стоит преувеличивать трагичность всей ситуации и прививать чувство жертвы. Обсудить ситуацию. Решить, как нужно было действовать и какой вывод стоит сделать на будущее. Родители сильного ребёнка не обвинят во всём обстоятельства, а помогут извлечь из них урок.

### **4. Дайте испытать ошибки на практике**

Не собирайте за ребенка сумку в школу и не напоминайте по 10 раз. Пару раз забытая сменка или замечание за забытую тетрадку покажут необходимость организованности куда лучше.

Только самостоятельно совершая выбор, ребёнок получает опыт. Не через теорию, а на практике.

### **5. Поручайте обязанности**

Сильный человек умеет нести ответственность. Даже за самые незначительные обязанности. Ходить за хлебом, кормить кошку, убирать постель. «Ещё успеет наработаться» – медвежья услуга. Маленькие поручения – шаг на пути к большим целям.

### **6. Откажитесь от ярлыков**

Любит плакать – плакса, учится на тройки – глупый... Все эти ярлыки не приносят столько обиды от других людей, сколько приносят от родителей. Человек – это не вещь, чтобы носить штампы. Ребенок может испытывать разные эмоции и играть разные роли, но все они имеют место быть.

