

КАК ПРОГРАММИРОВАТЬ ДЕТЕЙ НА УДАЧУ



Ребенок – это зеркало, в котором его родители могут увидеть себя»

Успешность человека в жизни зачастую зависит от внутренних установок, заложенных с детства. Фиксированный тип мышления мешает нам быть уверенными в собственных силах, мешает ставить перед собой цели и достигать их; человек заикливается на своих неудачах, подвержен влиянию других и не хочет ничего менять.

Что означает фиксированный тип мышления?

Фиксированный тип мышления- человек понимает и принимает ситуацию только так, и не как иначе. Видит свои ошибки, терпит неудачи, но не может и не желает понять, почему они произошли и как их исправить? Отношение к себе у людей с фиксированным типом мышления складывается из отношения к ним окружающих. «У меня все плохо!» «Я - неудачник», и с этим живет дальше. «Я такой, потому что меня таким видит другие!» В любой ситуации данный тип мышления позволяет видеть только один выход, а не рассматривать ее разных сторон.

Развивающийся тип мышления позволяет нам смотреть на вещи с разных сторон, делать выводы. Анализировать и находить способы, чтобы что-то исправить в своей жизни. Сравнивать себя только с самим собой «раньше» и «сейчас», ставить цели и пути их достижения. Люди с развивающимся типом мышления всегда находят положительные моменты в любых ситуациях; стремятся к саморазвитию и никогда не останавливаются на достигнутом.

Имея тот или иной тип мышления, взрослые передают его своим детям. Ведь дети перенимают опыт родителей и то что закладывается у них в детстве остается на всю жизнь. А образ жизни откладывает свой отпечаток и на психическом, и на физическом состоянии человека.

Открытость, ранимость и внушаемость детей делают их очень чувствительными к негативным воздействиям общества, поэтому их здоровье подвержено влиянию психологических факторов. У любого заболевания и состояния ребенка есть причины и если родители будут знать эти причины и механизмы их действия, то с помощью позитивных установок, они могут помочь ребенку повысить сопротивляемость организма и улучшить его психологическое состояние

Психологическое и физиологическое очень тесно связаны друг с другом. При нарушении одного, страдает другое. К сожалению многие люди болеют потому, что не учитывают или недооценивают влияние психологических факторов. (постоянное пребывание в стрессовых ситуациях- влечет за собой проблемы со здоровьем). А еще хуже, когда люди своим невниманием и незнанием подвергают опасности здоровье своего ребенка.

Основные психологические факторы, которые влияют на состояние здоровья:

- Эффект внушения и самовнушения;
- Стрессы;
- Психологические установки;
- *Неспособность выражать эмоции;*
- *Травматический опыт прошлого;*
- *Самонаказание;*
- *Агрессивное отношение к окружающим*

Очень часто можно услышать фразы, брошенные родителями: «Стой куда пошел?», «Сейчас упадешь?», «Он рисовать не будет, он это не любит и не

умеет...». Как правило, родители не слышат их за собой и не замечают, а если услышать от других, то не предадут этому значения.

Но дети очень внушаемы. Если они будут все время слышать, что он болезненный, непослушный, упрямый,...то очень большая вероятность того, что ребенок в это поверит и будет вести себя именно так. Помочь избавиться от негативного качества можно, но не делая упор на личность, а делая упор на поступок.

Можно сказать ребенку так: *«Я очень тебя люблю, но, ты знаешь, мне сейчас не нравится, как ты себя ведешь! Я очень расстроена твоим поведением. Как нам исправить ситуацию?, или, «Я очень тебя люблю, но видимо ты чем-то расстроен (на), раз так поступил (ла)? Почему? Можешь рассказать?»*

А теперь давай подумаем, как исправить ситуацию?» «

Часто приходится слышать, как родители внушают ребенку: «Не плачь!», «НЕ дерись!», «Не ври!». Не психуй» - это негативно сформированные внушения. Они указывают ребенку на то, что ему НЕ делать, но при этом не указывается желаемый вариант поведения

Негативно сформированные

Внушения

- *Не психуй*
- *Не дерись*
- *Не бойся*
- *Не плачь*

Позитивно сформированные

внушения

- *Успокойся*
- *Помирись и живите дружно*
- *Ты же смелый...*
- *Вытри слезы и скажи, что случилось*

Негативно сформированные внушения не учат ребенка правильным формам поведения, и не учат к чему-то стремиться. Они учат избегать какого-то поведения, но альтернатива при этом не предлагается. Если ребенок будет расти в постоянных запретах и ограничениях, то он будет стремиться только к избеганию неудач, а стремление достичь цели, чтобы чему-то научиться у него не будет

Позитивные внушения учат ребенка позитивно и четко определять свои цели.

Если взрослые дают позитивную установку, то ребенок будет четко знать, что ему нужно сделать, чтобы исправиться и будет дальше к этому стремиться.

Мотивация и условная выгода тоже очень влияет на состояние психического здоровья. Что это такое?

Ребенок использует свою болезнь, чтобы удовлетворить какую-либо свою потребность, например, недостаток общения с родителями. Это называется *Психосоматическая болезнь*. Когда ребенок заболевает, то мама сразу же бросает свои дела и уделяет ему внимание. Таким образом, ребенок получил что хотел. В следующий раз ребенок уже будет провоцировать болезнь, зная, что это сработает.

Зная все это, родители должны понимать, что если контролировать необдуманные высказывания в адрес ребенка и управлять ими, то можно оградить малыша от негативных последствий, и самим быть здоровее и физически, и психологически, если знать, как изменить свое поведение в ответ на высказывания или поведение других.

Неразлучные друзья – родители и дети!

- ❖ *Учитесь быть своему ребенку другом.*
- ❖ *Критикуйте, не унижая, а поддерживая.*
- ❖ *Будьте во всем ему авторитетом.*
- ❖ *Всегда чутко слушайте ребенка.*
- ❖ *Приглашайте друзей своего ребенка в дом, общайтесь с ними.*
- ❖ *Не потакайте.*
- ❖ *Относитесь к ребенку как к личности.*
- ❖ *Будьте строгими и добрыми, ибо «Строгое отцовство - прекрасное лекарство: в нем больше сладкого, нежели горького»*



