[Советы](http://www.school5.mogilev.by/spps/rekomendatsii-roditelyam/54-sovety-roditelyam-po-formirovaniyu-pozitivnogo-otnosheniya-k-zhizni.html)*[родителям по формированию позитивного отношения к жизни](http://www.school5.mogilev.by/spps/rekomendatsii-roditelyam/54-sovety-roditelyam-po-formirovaniyu-pozitivnogo-otnosheniya-k-zhizni.html)*

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, все время 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.

И все-таки почему безынициативные дети так легко подпадают под влияние компаний? Потому что в компании не брюзжат, не зудят и не ноют, в отличие от семьи. Не выедают душу. В компании обязанности строго распределены, и каждый должен отвечать за свой участок работы. Кто увиливает от ответственности, того ожидает суровое, но справедливое наказание. Это не сравнимо с постоянными придирками родителей и воспитателей. Человеку, а особенно ребенку, нужна конкретность в исполнении дела. Не так — сделай это, и будет хорошо. Работа есть работа. Ее либо нужно сделать, либо в ней есть потребность. И в том, и в другом случае нельзя обставлять дело так, что кому-то от этого станет хорошо или кто-то от этого станет лучше. Станет ли кому-то хорошо или станет кто-то лучше — зависит от самого человека, а не от действий ближнего.

**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.

Родители — а их мыслительная способность парализована чувством ответственности — не осознают того, что ребенок является увеличенным зеркальным отражением их самих. Они также являются бездумными исполнителями чужой воли, их мыслительная способность еще более парализована чувством долга, чему ребенка. Но какие бы проблемы у вас ни возникали, это не означает, что положение нельзя исправить.

**Высвобождая из себя мало-помалу свое детство и своего ребенка, чье детство было еще более суровым, вы научитесь предоставлять ему возможность выбора спокойно и естественно. Вы не утратите спокойствия и в том случае, если ребенок сделает неверный выбор, так как знает, что этот шаг послужит только уроком. Вам и в голову не придет злорадствовать и подчеркивать свое превосходство над ребенком, поскольку вам вспомнятся собственные ошибки, совершенные в его возрасте.**