

Консультация для родителей.

Формирование позитивного мышления.

Счастливые родители – пример для подражания.

Вы замечали, как часто владельцы собак становятся похожи на своих питомцев? Или собаки на своих владельцев? Агрессивные, рычащие собаки обычно принадлежат таким же людям. А спокойные, благородные животные отражают внутренний мир своих хозяев. Все взаимосвязано.

Хотим ли мы этого или не хотим, но мы находимся в постоянном контакте с окружающим миром, где непрерывно происходит взаимное проникновение и взаимное влияние.

Что уж говорить о том, насколько дети похожи на своих родителей! С самых первых дней, строго говоря, еще до рождения устанавливается контакт мамы и младенца. Как правило, если спокойна мама, спокоен и ребенок. Если мамочка нервничает, сердится и плачет, точно такие же эмоции выдает и «неразумный», как до сих пор считается, младенец. Дальше – больше.

Каждая привычка, каждая устойчивая фраза, каждое слово, сказанное нами, буквально впечатывается в сознание и подсознание юного человечка и сильно влияет на его дальнейшую жизнь!

Давайте посмотрим на себя со стороны, чтобы стать как можно лучше не только в собственных глазах, но и создать положительный образ, который будет копировать наш ребенок и проецировать в свою жизнь.

Меняем знак минус на знак плюс

Уж сколько раз твердили миру, что позитивное сознание дает позитивные результаты, а негативное сознание, соответственно... негативные. Однако не вредно и повторить. Мы должны постараться убрать из своего сознания негатив навсегда!

Наш ребенок воспринимает нас очень серьезно, так как мы являемся центром его Вселенной.

Представьте себе, что малыш постоянно слышит и видит, как его мама, придя с работы, перемывает косточки коллегам, жалуется на начальника-грубияна и на невыносимую усталость. «Голова раскаляется, сил моих больше нет, цены повысились, папа опять где-то гуляет», – и прочее в том же роде. «Ой, ой, ой, – думает ребенок, – какой же страшный и опасный окружающий мир, если такая моя сильная и большая мамочка не справляется с ним. А что же будет со мной?» И грустный, так как настроение его прямо связано с маминым, идет к своим

игрушкам. Все, отпечаток в сознании уже есть. Большими буквами там записано: «Окружающий мир – опасное для меня место».

Дорогие родители, если мы хотим создать не только свою жизнь, но и жизнь нашего ребенка радостной, то нам надо быть вдвойне внимательными к тому, что мы говорим при наших детях. Мы действительно несем двойную ответственность и за себя, и за формирование позитивного мышления у наших детей.

Восточные философы утверждают, что самое сложное – это контролировать свои мысли. Позвольте с ними не согласиться. Это совсем не так уж сложно. Нужна только небольшая тренировка. Если мы с вами натренируем свое сознание таким образом, что будем сознательно генерировать только положительные мысли, то результаты будут самыми удивительными.

И еще. Вы должны стать оптимистами. Ведь чем больше вы беспокоитесь, пугая себя возможными неприятностями, тем больше сил и энергии уходит на это пустое занятие и тем меньше остается на настоящие волшебные дела. Итак, укрепляем себя любимыми позитивными девизами и идем по жизни с высоко поднятой головой.

Слова-цветы и слова-сорняки

Уходите от негатива, сознательно перестраивайте свою речь. Если вы плохо себя чувствуете, лучше сказать, что «мое самочувствие сегодня не идеально». Подсознание не воспринимает частицу «не», и получается «идеально».

Или еще один совет. В случае болезни или недомогания не говорите измученным голосом «Я больна» или «Я болен», а лучше «Я поправляюсь», «С каждым днем мое здоровье улучшается».

Как показывает практика, дети с огромным энтузиазмом включаются в игру и даже в разгар самой жестокой ангины хриплым голосом говорят: «Я уже поправляюсь». Очень трогательно, а главное – правильно!

А самое веселое – заключить договор с детьми, что при первых появлениях негатива в вашей речи они сразу вам об этом говорят. И вы выплачиваете любой приятный для них приз, в виде конфеты или совместной прогулки.

Для детей постарше можно привести такую аналогию: «Мы с тобой выращиваем прекрасный сад. Сад и плоды в нем – это наша жизнь и все приятные вещи, которые ты хочешь в ней получить. **Хорошие мысли и добрые слова – словно красивые цветы, которые в дальнейшем принесут чудесные плоды удачи, богатства и процветания.** А негативные мысли и грубые слова в нашем саду растут, как сорняки, мешающие прекрасным цветам, и подлежат беспощадному пропалыванию!»

Тут же полезно будет уточнить, что самым главным садовником в этом саду являемся мы сами. Никто не властен над нашими мыслями. Мы владеем полным правом создавать свой мир путем постоянной, целенаправленной культивации позитивных мыслей.

Для того чтобы у детей произошла правильная «сцепка» новых понятий с жизненным опытом, помогите им.

Например, вы с ребенком несколько раз «выпалывали» сорняк под названием «Я не смогу полностью одеться сам». Он, конечно, заменяется на цветок «Я взрослый и одеваюсь самостоятельно». И как только ваше сокровище радостно сообщает, что всё получилось, непременно напомните о силе слов и намерений, которые помогли решить поставленную задачу.

Как можно чаще старайтесь хвалить ребенка при первой представившейся возможности.

Похвала укрепляет веру ребенка в то, что он (или она) уникальный, сильный и талантливый. Ваши добрые слова останутся в детской душе и будут согревать ее в течение всей жизни! **Мы помогаем своему ребенку поддерживать и развивать в себе высокую самооценку, уверенность в собственной уникальности и ценности.**

Не хочется повторять избитые истины, однако все, что наши дети увидели, услышали от нас, скажется на их взрослой жизни, а значит, и на нашей тоже.

Мы-то ведь никуда от них не денемся. Поэтому, если хотим, чтобы наше будущее было приятным и достойным нас, позаботимся о нем сегодня, сейчас. Так что мы стараемся не только для своих детей, но и для себя, что весьма приятно.

Первый шаг к успеху – полное устранение грубых слов из своего обихода.

Я уделяю такое внимание этому вопросу, потому что на сегодняшний день бранные слова являются обычной практикой большинства взрослых.

Но давайте подумаем о том, что употребление подобной лексики очень отупляет людей. Они уже становятся не способными воспринимать тонкий юмор, не подкрепленный «любимым словом». Они деградируют. Следовательно, такой образ жизни и мыслей они автоматически переносят на своих детей, отчего страдают все. В наше время, когда открывается масса информации о силе наших слов и мыслей, о том, что именно они создают нашу жизнь, необходимо решительно, твердо и навсегда отказаться от употребления грубых слов.

Так вот, если вы, дорогие родители, сможете претворить в жизнь свою собственную мечту, да еще и рассказать своим детям, как вы смогли этого

добиться, это будет для них самым лучшим примером в жизни. Они будут гордиться вами и хранить эту гордость в своем сердце всегда.

Мне немного грустно, когда молодые, способные, талантливые женщины после рождения ребенка полностью погружаются в состояние самоотдачи и говорят, что мы, дескать, живем теперь только для детей.

Не надо, пожалуйста, этого делать! Живите для себя. Наслаждайтесь каждым днем своей жизни! Сегодня, завтра, всегда!

Мама, излучающая счастье, неизмеримо больше даст ребенку, чем озабоченная и постоянно думающая о проблемах детей.