

как воспитать в ребёнке

оптимизм





Я, воспитатель и мама троих дочек, хотела бы каждый день видеть наших детей в хорошем настроении, или, как говорят, в «добром расположении духа». Но, к сожалению, так бывает не всегда. Мой практический опыт показывает, что среди детей дошкольного возраста выделяется категория малышей, которые часто пребывают в плохом настроении, они грустны, не вступают в контакт со сверстниками.

По медицинским показателям - это нормально развивающиеся дети. Значит, их угнетенное состояние зависит от нас, взрослых? Я считаю, что положительные душевные качества нужно воспитывать в семье и в образовательном учреждении с самого раннего возраста.

От того, как позитивно настроены родители и педагоги к окружающему миру во многом зависит настроение ребенка. Дети, как неутомимые следопыты, улавливают, подмечают, иногда подражают нам. Таким образом, первый шаг в воспитании положительных душевных качеств - позитивный настрой взрослых, умениеправляться с отрицательными эмоциями.

В своей педагогической деятельности я использую такие приемы, как:

- улыбка;
- верbalное общение; чем меньше наши дети, тем сложнее им адекватно оценить свои успехи. Наша с вами задача – укрепить их самооценку. Тактильное прикосновение к ребенку также необходимо.





Известный семейный терапевт Вирджиния Сатир рекомендовала обнимать ребенка несколько раз в день, говоря, что четыре объятия совершенно необходимы каждому просто для выживания, а для хорошего самочувствия нужно не менее восьми объятий в день! И, между прочим, не только ребенку, но и взрослому.

Игра помогает ребенку раскрепоститься и поднимает настроение. В детском саду мы играем в разные игры. Например, подвижные игры воспитывают чувство уверенности, расстояния, организуют взаимодействие между детьми. Игры за столом в паре помогают научиться работать в команде. Нашим детям очень нравится игра «Дорисуй за меня». Каждый на своем месте рисует что – нибудь необычное, затем незаконченный рисунок отдается соседу.

В дошкольном детстве дети очень любят сочинять. Мы сочиняем вместе, предлагаю как вариант «Новые, старые сказки», вы начинаете, а ребенок продолжает.

Хоровое пение помогает ребенку расслабиться, установить контакт друг с другом. Предложите детям хором спеть какую – нибудь песенку. А по сигналу прекратите пение, пусть дети поют «про себя», а затем снова вслух. В эти же игры можно играть и дома, всем вместе. Ведь очень здорово видеть детей улыбчивых, радостных, довольных!

Я думаю, что оптимистами не рождаются, но стать им может каждый. Самый большой вклад делает семья: прежде всего усваивают отношения родителей друг к другу, друзьям, проблемам.

У оптимистов на лице всегда улыбка – есть настрой на удачу. Сформулируйте девиз для семьи: «Мы все сможем!; «Мы совсем справимся!»; «Мы тебе поможем», и смело шагайте с ним по жизни. Помните, что нервозность, раздражительность очень заразна.

Итак, для себя мы выделим нехитрые правила:

- Накапливайте приятные впечатления (умейте радоваться жизни);
- Сформируйте навык позитивной оценки;
- Учитесь восхищаться и видеть удивительное вокруг;
- Постарайтесь узнавать побольше интересного об окружающем, т.е. постоянно находитесь в развитии своих творческих способностей;
- Учитесь искать конструктивные способы решения проблем;
- Учитесь самоиронии, посмеяться над собой;
- Ищите во всем положительное зерно.

Тогда у нас все получится!

Автор:
воспитатель - Руденко Елена Владимировна

