

Государственное областное бюджетное учреждение
Мурманской области
«Центр психолого-педагогической,
медицинской и социальной помощи»



Мы работаем

понедельник-четверг	9.00-17.00
пятница	9.00-15.30
перерыв на обед	13.00-13.30

Адрес: г. Мурманск, ул. Советская, д.9а

Контактные телефоны:
8(8152) 25-66-30
8(8152) 25-66-49
8(8152) 25-66-23

Web-сайт: www.cpmss.ru
E-mail: opmpk@mail.ru

Использованные фотографии взяты из общедоступных баз данных

Министерство образования и науки
Мурманской области

Федеральный проект «Поддержка семей, имеющих детей»
национального проекта «Образование»

КАК ВОСПИТАТЬ УСПЕШНОГО РЕБЁНКА



Мурманск
2019г.

«Есть успех – есть и желание учиться»

В. А. Сухомлинский

Принято считать, что успешный ребёнок – это тот ребенок, который хорошо учится в школе.

Но только ли хорошая и отличная успеваемость делает ребёнка успешным???



Ребёнок может быть отличником, получать наивысшие баллы, а чувствовать себя «серой мышью», «ботаником».

А почему ?????

не сложились отношения с одноклассниками;
не с кем играть на улице, мало друзей или их нет вообще;
чувство собственной незначительности;
неумение решать проблемы, выходящие за пределы школьной программы.

А бывает и наоборот: душа класса, активен во внеклассной и внешкольной жизни, а в журнале и дневнике сплошные «3» и «2»...Разве такой ребенок успешный?

Как же быть ?

Успешный ребёнок имеет положительную самооценку и, наряду с хорошей успеваемостью, умеет преодолевать жизненные трудности, находить друзей и сохранять здоровье, избавляться от негативных мыслей.

Но как же это совместить?

Основные приёмы развития успешности:

- *Позитивные утверждения*

«Я могу», «Я справлюсь» и т.д. Так как короткие фразы более действенны, утверждения должны быть короткими и простыми. Например, «я очень хорошо читаю». Они должны быть позитивными, фокусировать внимание на решении, а не на проблеме. Утверждения нужно повторять до тех пор, пока они не станут первой мыслью, возникающей в соответствующей проблемной ситуации.

- *Признание успехов*

Признание достоинств ребёнка также поможет ему стать успешным. Нужно хвалить своих детей не только за послушание, но и за их положительные качества, за умение быть самим собой.

- *Устранение негатива*

Важно не избавить ребёнка от всех проблем, а научить его решать их, научить проблемы превращать в задачи. Чем раньше привить ребёнку здоровые эмоциональные привычки, тем больше положительных эмоций вместо отрицательных он будет переживать.

- *Стремиться к результату*

Когда-то один уважаемый и успешный человек сказал мне: «Желаю вам хорошо подготовленных удач». Полностью с этим согласны. В успехе всегда сконцентрирован высокий процент тщательной предварительной подготовки. Иногда к результату приходится идти несколько месяцев, иногда несколько лет, а может, и полжизни.

- *Брать больше, чем можешь*

Когда человек ставит цель, он обязательно её добивается. Не останавливаться на достигнутом.

- Держаться корней

Опора на опыт предыдущего поколения, соблюдение семейных традиций, например, семейные династии

- Держать удар

Думаю, успех закладывается там, где имелось много неудач. Беды закаляют и формируют характер лидера. Поэтому к неудачам надо относиться философски, как к своеобразным учителям. Например, они могут научить спокойно воспринимать критику. Еще неудачи учат продолжать работать с большей отдачей, когда знаешь, что в любой момент можешь потерять всё, приходится концентрироваться на главном. Умение держать удар - обязательная черта характера для успешного человека.

Главным условием для воспитания успешного ребёнка является родительская поддержка



Родительская поддержка – это процесс:

- В ходе которого родитель сосредотачивается на достоинствах ребёнка.
- Который помогает ребёнку поверить в себя и в свои способности.
- Который поддерживает ребёнка при неудачах.

Слова поддержки:

- Зная тебя, я уверен, что всё сделано хорошо.
- Ты делаешь это очень хорошо.
- У тебя есть некоторые соображения по этому поводу? Готов ли ты начать?

Это серьёзный вызов. Но я уверен, что ты готов к нему.



Слова разочарования:

- Зная тебя и твои способности, я думаю, ты смог бы сделать это гораздо лучше.
- Эта идея никогда не сможет быть реализована. Это для тебя слишком трудно, поэтому я сам это сделаю.



Успешный человек – хорошо знающий себя человек!

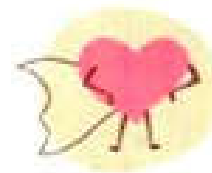
Развиваем эмоциональный интеллект ребёнка – 4 шага.
Инструкция для родителей

- **Шаг 1. Идентификация эмоций.** Распознали, какую именно эмоцию мы испытываем.
- **Шаг 2. Использование эмоций в решении задач.** Подумали, помогает ли эта эмоция решению моей задачи. Как она влияет на меня, мой настрой, мои действия и решения? Какая эмоция может мне сейчас помочь?
- **Шаг 3. Причины появления эмоций.** Проанализировали, почему она возникла и с чем связана и как эмоция будет меняться со временем?
- **Шаг 4. Управление эмоциями.** Определили эффективные для вас стратегии управления эмоциями, что помогает именно вам?

Основные эмоции таблица чувств

	СЧАСТЬЕ	ПЕЧАЛЬ	ЗЛОСТЬ	СТРАХ
низкая	Счастливый, довольный, веселый, радостный, оптимистичный, уверенный, любящий, любящий себя, любящий других.	Грустный, печальный, опечаленный, разочарованный, обиженный, обиженный на себя, обиженный на других.	Злой, сердитый, агрессивный, агрессивный, агрессивный, агрессивный, агрессивный, агрессивный, агрессивный, агрессивный.	Испуганный, напуганный, испуганный, испуганный, испуганный, испуганный, испуганный, испуганный, испуганный, испуганный.
средняя	Веселый, радостный, оптимистичный, уверенный, любящий, любящий себя, любящий других.	Грустный, печальный, опечаленный, разочарованный, обиженный, обиженный на себя, обиженный на других.	Злой, сердитый, агрессивный, агрессивный, агрессивный, агрессивный, агрессивный, агрессивный, агрессивный, агрессивный.	Испуганный, напуганный, испуганный, испуганный, испуганный, испуганный, испуганный, испуганный, испуганный, испуганный.
высокая	Счастливый, довольный, веселый, радостный, оптимистичный, уверенный, любящий, любящий себя, любящий других.	Грустный, печальный, опечаленный, разочарованный, обиженный, обиженный на себя, обиженный на других.	Злой, сердитый, агрессивный, агрессивный, агрессивный, агрессивный, агрессивный, агрессивный, агрессивный, агрессивный.	Испуганный, напуганный, испуганный, испуганный, испуганный, испуганный, испуганный, испуганный, испуганный, испуганный.

Эмоциональный интеллект очень важен в работе, так как он позволяет:



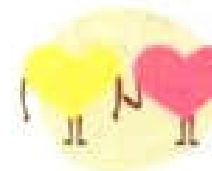
Успешно управлять сложными ситуациями



Понятно выражать себя



Заслужить уважение других



Влиять на других людей



Поддерживать других людей



Справляться с давлением



Распознавать эмоциональные реакции на людей и ситуации



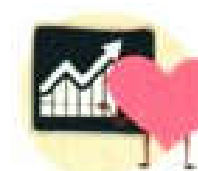
Понимать, как сказать "правильно", чтобы получить результат



Эффективно управлять собой при переговорах



Эффективно управлять другими при переговорах



Мотивировать на свершения



Знать, как быть позитивными, даже в сложных ситуациях

Каждая эмоция важна и нужна

В каждой эмоции есть ресурс,
учимся грамотно использовать эмоции в
решении задач

Радость поможет творить, придумывать, увлекаться,
узнавать что-то новое.



Злость поможет отстаивать свою точку зрения.



Доверие научит дружить и поможет сохранить связь с
людьми, которые нас любят, заботятся о нас.

Страх поможет держаться вдали от опасности.



Удивление научит узнавать новое.

Печаль поможет быть более внимательными и замечать
ошибки.

Отвращение берёт нас от всего опасного и
вредного.

Советы родителям.

1. Не делайте замечаний в гостях или на улице,
даже рискуя выглядеть плохим воспитателем.

2. Вы всегда уверены, что ваши суждения – истина.
Но иногда и вы ошибаетесь. Не бойтесь детских сомнений в
вашей правоте.

3. Вспомните, давно ли вы слышали радостный
детский смех в вашем доме. Чем чаще смеются дети, тем
лучше воспитание.

4. Не бойтесь ласковых слов и прикосновений.
Ласка смягчает душу ребёнка, снимает напряжение. Ребёнку
необходимо не менее 4 объятий в день для того, чтобы
вырасти здоровым физически и интеллектуально.

5. Вспомните, сколько раз Вы спрашиваете у
ребёнка: «Как дела?» (имея ввиду не только учебу).

6. Старайтесь никого не критиковать при детях, и
они никогда не скажут плохого про вас.

7. Уступайте иногда в спорах, этим вы научите детей
уступать, признавать поражения и ошибки.

8. Умеете ли вы просить или только приказываете?
Подумайте об этом.

9. Принимайте ребёнка таким, каков он есть.