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 раскалывается, 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 голоском 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 словцом». 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.**

Ноябрь 2022г.