Тема: «Формирование жизнестойкости у детей дошкольного возраста »

ЖИЗНИСТОЙКОСТЬ- ЭТО СПОСОБНОСТЬ ДОСТАТОЧНО ЛЕГКО ПРЕОДОЛЕВАТЬ ЖИЗНЕННЫЕ ТРУДНОСТИ И ИЗМЕНЕНИЯ И ПРИСПОСАБЛИВАТЬСЯ К НИМ

Какими же качествами обладает жизнестойкий ребенок?

- Высокая адаптивнось.

Жизнестойкие дети социально компетентны, и умеют вести себя не принужденно , как в обществе своих сверстников, так и среди взрослых.

- Уверенность в себе!

Непредвиденные обстоятельства не смущают ребенка.

- Независимость.

Жизнестойкие дети живут своим умом.

- Стремление к достижениям.

Такие дети стремятся демонстрировать высокую успеваемость, спортивные успехи, художественные или музыкальные способности.

- Ограниченность контактов.

Дети устанавливают лишь несколько устойчивых и постоянных контактов, что способствует их безопасности и защищенности.

1. Чего ты боишься?
2. Кто может тебя защитить?
3. Что тебе нравиться?

Важно знать, какие факторы способствуют формированию жизнестойкости:

1. Помогите своему ребенку в выборе интересов. Именно там, где для него будет создана ситуация успеха.
2. Поддерживайте его увлечения , интересуйтесь успехами. Пусть ребенок почувствует поддержку и доброе слово родителя.
3.Подчеркивайте значимость семьи, воспитывайте чувство гордости и родства. Именно в семье ребенок может найти защиту и поддержку в любой жизненной ситуации.
4. Поощряйте самостоятельность и активность ребенка.
Ясно, четко формулируйте правила и требования их поведения.
5.Предоставляйте возможность открыто выражать свои чувства. Не стесняйтесь говорить ребенку о своих чувствах, спрашивайте какие эмоции испытывает он?
7. Обучайте своего ребенка быстро принимать решение.
8. Подчеркивайте, что любая проблема – это часть нормальной жизни. Вместе ищите выход.
9. Помогайте в перестройке негативных эмоций на позитивные.
10. Объясните , как и где можно попросить помощи в случае необходимости.

:

Жизнестойкость есть у каждого человека, ну не каждый может его обнаружить и использовать. Это качество формируется в течении жизни человека.

Задача родителей , педагогов развивать у детей поведенческие навыки, которые в дальнейшем позволят сопротивляться негативным влияниям среды, научить ребенка преодолевать трудности.

Справиться со стрессовыми ситуациями и переживаниями можно простыми способами:

- Объятия
- Помощь другим людям
- Переживание благодарности, нежности, любви

Запомните эти простые правила в нашей непростой жизни…

1. Обсудите с ребёнком вопрос о помощи различных служб в ситуации, сопряженной с риском для жизни.
2. Проговорите с ним те номера телефонов, которыми он должен воспользоваться в ситуации, связанной с риском для жизни.
3.Дайте ему ваши рабочие номера телефонов, а также номера телефонов людей, которым вы доверяете.
4.Воспитывайте в ребенке привычку рассказывать вам не только о своих достижениях, но и о тревогах, сомнениях, страхах.
5. Каждую трудную ситуацию не оставляйте без внимания, анализируйте вместе с ним.
6. Обсуждайте с ребенком примеры находчивости и мужества людей, сумевших выйти из трудной жизненной ситуации.
7. Не иронизируйте над ребенком, если в какой-то ситуации он оказался слабым физически и морально. Помогите ему и поддержите его, укажите возможные пути решения возникшей проблемы. Если проблемы связаны только с тем, что ваш ребенок слаб физически, запишите его в секцию и интересуйтесь его успехами.
8. Если кто-либо из числа ваших знакомых и друзей вызывает у вас опасения в отношении вашего ребенка, проверьте свои сомнения и не общайтесь больше с этим человеком.
Не опаздывайте с ответами на вопросы вашего ребенка по различным проблемам физиологии, иначе на них могут ответить другие люди.
9. Постарайтесь сделать так, чтобы ребенок с раннего детства проявлял ответственность за свои поступки и за принятие решений.
10. Учите ребенка предвидеть последствия своих поступков. Сформируйте у него потребность ставить вопрос типа: «Что будет, если?»…
11. Не формируйте у своего ребенка комплекс вины.
12. Не позволяйте другим людям выражать вашему ребенку сочувствие и жалость. Это формирует принятие им установки, что он не такой, как все.
13. Дайте возможность своему ребенку проговорить с вами самую трудную ситуацию до конца и без остатка. Это поможет ему освободиться от груза вины и ответственности.
13. Постарайтесь переключить внимание ребенка с пережитой им ситуации на новые занятия или увлечения.
14. Ни в коем случае не оставляйте нерешенными проблемы, касающиеся сохранения физического и психического здоровья вашего ребенка.
15.Не идите на компромиссы со своей совестью, даже если это ваш ребенок. Спустя годы компромисс может обернуться против вас.
16. Если у Вас возникнут проблемы или Вам нужна консультация, не бойтесь обращаться за помощью к специалистам. Вам и Вашим детям не откажут в помощи.

Помните, что рядом с Вами , всегда есть люди готовые помочь…