

Как вырастить оптимиста?

Важнейшее свойство личности счастливого человека – это оптимизм. Один из самых бесценных подарков, который может получить ребенок от родителей - это умение с оптимизмом относиться к окружающему миру. Оптимист – это не тот, кто всегда ходит с улыбкой, скрывающей мрачные мысли. Это человек с положительным отношением к жизни, которое рождается из энтузиазма и уверенности в себе. Даже дети, которые, казалось бы, рождены боязливыми, могут научиться оптимизму. Как же вырастить оптимиста, научить справляться с жизненными трудностями, чтобы он шел легко, преодолевая преграды, и достигал больших высот?

- **Привейте уверенность в том, что делает ребенок – это важно.** Лишний раз подчеркивайте результативность действий ребенка: «Посмотри-ка, какой молодец, что у тебя получилось!» Разделяйте энтузиазм ребенка по поводу его новых умений.
- **Поощряйте стремление ребенка к самостоятельности.** Щедро награждайте похвалой инициативу даже при неудачных попытках «проявить себя в деле». Предлагайте ребенку право выбора в еде, одежде, играх и т.д.
- **Научите отвлекаться от негативных мыслей.** Если с ребенком происходят досадные события, можно научить его придумывать смешные небылицы о том, что могло быть хуже произошедшего.

Помните, именно от взрослых зависит, будет ли малыш обращать внимание на маленькие радости или замечать только плохое.