

## Качества, которыми обладает жизнестойкий ребенок:

- **Высокая адаптивность.** Такие дети социально компетентны и умеют себя вести непринужденно как в обществе своих сверстников, так и среди взрослых.
- **Уверенность в себе.** Трудности только подзадоривают их. Непредвиденные ситуации не смущают.
- **Независимость.** Такие дети живут своим умом. Хотя они внимательно прислушиваются к советам взрослых, но умеют при этом не попадать под их влияние.
- **Стремление к достижениям.** Такие дети стремятся продемонстрировать окружающим свою высокую успеваемость в школе, спортивные успехи, художественные или музыкальные способности.
- **Ограниченность контактов.** Дети устанавливают лишь несколько устойчивых и постоянных контактов с другими людьми, что способствует их чувству безопасности и защищенности. Они ищут поддержку и помощь у близких, и сами готовы ответить им тем же.

Буклет создан по материалам интернет-источников:  
<http://mybloginfo.ru>; <http://ichooslife.narod.ru/>  
творческой группой педагогов-психологов ОУ г. Бийска

Чем проповедь выслушивать,  
мне лучше бы взглянуть,  
И лучше проводить меня,  
чем указать мне путь.  
Глаза умнее слуха –  
поймут всё без труда.  
Слова порой запутаны,  
пример же – никогда.  
Тот лучший проповедник,  
кто веру в жизнь провёл.  
Добро увидеть в действии –  
вот лучшая из школ.  
И если все мне рассказать,  
я выучу урок.  
Но мне ясней движенье рук,  
чем быстрых слов поток.  
Должно быть,  
можно верить и умным словесам,  
Но я уж лучше погляжу,  
что делаешь ты сам.  
Вдруг я неправильно пойму  
прекрасный твой совет,  
Зато пойму, как ты живешь:  
по правде или нет.

*Вечная детская мудрость  
(перевод с английского)*

МКУ «Управление образования  
Администрации города Бийска»  
Психолого-медико-педагогическая комиссия

## Рекомендации для родителей

## Как воспитать жизнестойкого ребенка



Бийск, 2015г

## Как воспитать жизнестойкого ребенка:

Жизнестойкость ребенка – способность достаточно легко преодолевать жизненные трудности и изменения и приспособиться к ним.

- ◆ Поощряйте самостоятельность ребенка, предоставляйте возможность выбора при поддержке и создании атмосферы защищенности и любви.
- ◆ Ясно, четко формулируйте правила и требуйте их соблюдения.



- ◆ Подчеркивайте значимость семьи, чувства гордости и родства.
- ◆ Предоставляйте ребенку возможность открыто выражать свои чувства.
- ◆ Обучайте ребенка быстро принимать решения, так как проблемы часто возникают из-за того, что ребенок пассивно реагирует на ситуацию, ощущает свою беспомощность.
- ◆ Поощряйте активность ребенка.
- ◆ Четко определяйте и называйте проблемы, подчеркивайте, что проблемы – это часть нормальной жизни. Совместно ищите выход.
- ◆ Обучайте ребенка поведению в обществе: дружелюбию, общительности, ответственности, взаимовыручке.
- ◆ Помогайте ребенку в перестройке негативных эмоций в позитивные.
- ◆ Поощряйте веру ребенка в себя и в его способность действовать самостоятельно.
- ◆ Помогайте в определении, как и где ребенок может попросить помощь в случае необходимости.
- ◆ Проявляйте интерес и уважение к мнению ребенка
- ◆ Создавайте защищенную среду с ощущением постоянства, где ребенок не забыт, отсутствуют оскорбления и травмы. Каждому человеку необходимо, чтобы его любили.
- ◆ Помогайте ребенку в развитии самоуважения, интересов, навыков, талантов

