

Всероссийский телефон доверия для детей, подростков и их родителей

8-800-2000-122

Горячая линия здравоохранения

8 -800-2000-366

Телефон «Доверия» уполномоченного по правам ребенка

8-861-268-41-17

Краснодарский телефон кризисной службы

8-800-100-49-94

**Телефон экстренной психологической помощи МКУ
ЦДиК г-к Анапа**

8-918-316-30-09

Email: cdik_anapa@mail.ru

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ,
ОСУЩЕСТВЛЯЮЩЕЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКУЮ И
СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКУЮ ПОМОЩЬ
«ЦЕНТР ДИАГНОСТИКИ И КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ»



***Жизнестойкий ребёнок:
Какой он ?***



г-к Анапа
2018 год

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

Чем же такие дети, которые получили название жизнестойких, отличаются от других детей?



Можно выделить 5 общих качеств:

1. **Высокую адаптивность.** Такие дети социально компетентны и умеют себя вести непринужденно как в обществе своих сверстников, так и среди взрослых. Они умеют расположить окружающих к себе.
2. **Уверенность в себе.** Трудности только подзадоривают их. Непредвиденные ситуации не смущают.
3. **Независимость.** Такие люди живут своим умом. Хотя они внимательно прислушиваются к советам взрослых, но умеют при этом не попадать под их влияние (они мало подвержены внушению).
4. **Стремление к достижению.** Такие дети стремятся продемонстрировать окружающим свою высокую успеваемость в школе, спортивные успехи, художественные или музыкальные способности. Успех доставляет им радость. Они на собственном опыте убеждаются, что могут изменить те условия, которые их окружают.
5. **Ограниченность контактов.**



Обычно их дружеские и родственные связи не слишком обильны. Они устанавливают лишь несколько устойчивых и постоянных контактов с другими людьми. Малое количество связей способствует их чувству безопасности и защищенности.

Жизнестойкие дети осознают себя как автономную индивидуальность, они независимы и самодостаточны, не теряют внутреннего контроля над собой. А значит не теряют контроля над своей жизнью.

Воспитание жизнестойкости в детях требует от родителей и учителей определенной системы воспитания:

- Создание защищенной среды с ощущением постоянства, где ребенок не забыт, отсутствуют оскорбления и травмы. Каждому человеку необходимо, чтобы его любили.
- Помощь ребенку в развитии самоуважения, интересов, навыков, талантов и увлечений.
- Подчеркивание значимости семьи, чувства гордости и родства.
- Поощрение самостоятельности ребенка, предоставляйте возможность выбора при поддержке и создании атмосферы защищенности и любви.
- Ясная, четкая формулировка правил и требование их соблюдения.
- Предоставление ребенку возможности открыто выражать свои чувства.
- Обучение ребенка быстро принимать решения, так как проблемы часто возникают из-за того, что ребенок пассивно реагирует на ситуацию, ощущает свою беспомощность.
- Поощрение активности ребенка.
- Четкое определение и называние проблемы, подчеркивание, что проблемы – это часть нормальной жизни. Совместный поиск выхода.
- Обучение ребенка поведению в обществе: дружелюбию, общительности, ответственности, взаимовыручке.
- Помощь ребенку в перестройке негативных эмоций в позитивные.
- Поощрение веры ребенка в себя и в его способность действовать самостоятельно.
- Помощь в определении, как и где ребенок может попросить помощь в случае необходимости.



Любите своих детей!