«МАЛЫШ»

М. Пляцковский
С. Козлов
Э. Успенский...

СКАЗКИ

ДЛЯ ИСПОЛНЕНИЯ ЖЕЛАНИЙ

«МАЛЫШ»

Эта книга принадлежит
самому любимому малышу, которого зовут

Психологи утверждают, что, просто читая детям каждый день сказки, вы повышаете их IQ, пополняете словарный запас и формируете навыки чтения!

СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ
Техника «100 желаний»

К чему приводят мечты?

В поздравлениях мы часто желаем людям, чтобы их мечты сбывались. Но при этом боимся мечтать сами и осуждаем за это детей. Считаем, что это наивно и даже глупо. А зря! Так мы программируем мозг игнорировать информацию, которая могла бы привести к исполнению мечты.

Наш мозг фильтрует море информации вокруг нас, блокирует то, что неважно. Иначе мы сошли бы с ума, фиксируя каждую увиденную рекламу, каждое слово, сказанное в толпе. Когда мы чего-то очень хотим, о чём-то мечтаем, то для нас это становится актуально, важно, и мозг начинает это «замечать». Например, вы решили купить машину. Выбираете в салонах конкретную марку. И тут неожиданно оказывается, что таких машин на дорогах очень много. Только раньше вы не обращали на них внимания. Ведь вы даже не мечтали об этой машине.

Страшный сон родителей, если ребёнок мечтает о кукле, видит её на каждой рекламе и донимает просьбой «купи-купи». Зачем же тогда помогать ребёнку мечтать? Чтобы он видел больше возможностей вокруг! Конечно, мечты недостаточно. Нужны конкретные действия. Но человек вообще ничего не предпринимает, если считает, что желаемый результат недостижим. Поэтому очень важно верить, что мечта действительно может исполниться. Тогда появляются воодушевление, азарт, мотивация.

Как поддерживать мечты ребёнка?

Вы наверняка встречали людей, которые недовольны своей жизнью, работой, жильём, отношениями, но боятся что-либо менять. Стойкая установка «У меня наверняка не

получится» обычно формируется в детстве, когда осуждают мечты и фантазии. Ребёнок говорит: «Когда я вырасту, стану президентом (космонавтом; блогером; на Марс полечу; научусь управлять водой, как Аквамен)!» А в ответ слышит: «Куда уж тебе?! Ты не вышел умом (ростом, красотой и т. п.)! Мечтать не вредно! Ерунда какая!» Так и живут люди, не реализуя свой потенциал, в постоянном стрессе и недовольстве, вечно сожалея об упущенных возможностях.

Очень важно поддержать мечту малыша и сказать: «Если ты правда этого хочешь, то сможешь добиться!» Это очень мощное позитивное убеждение, которое помогает в жизни двигаться вперёд, несмотря ни на какие сложности. И это замечательно, когда такое ресурсное убеждение («Я смогу справиться, я смогу достичь желаемое!») ребёнок получает от родителей.

Мы не можем защитить детей от неудач и ошибок. В жизни каждого человека этого с избытком. Но родители способны дать своим детям позитивный настрой, представления о себе и мире, которые помогут не останавливаться после промаха, продолжать двигаться вперёд.

Как мечтать, чтобы сбылось?

Существует психологическая техника «100 желаний». Зачем так много? Чтобы не только озвучивать «стандартные» мечты, но и выявить лично ваши (ребёнка). Чтобы «включить» состояние, когда можно мечтать обо всём, без внутреннего брюзжащего голоса: «Это невозможно!» Составляя с детьми список из ста мечтаний, вы увидите, что им интересно, лучше поймёте их внутренний мир.

Мечты могут быть разные — как большие, так и маленькие. Большие — на будущее. Например: хочу стать президентом. А маленькие — это те, что можно реализовать в ближайшее время. Например: хочу мороженое или хочу погулять с друзьями. Мечты не всегда связаны с материальными благами. Составьте список приключений или интересных дел, навыков, новых знакомств.