



Как научить детей ставить цели и побеждать?

Помогаем ребенку воспитать внутреннюю дисциплину и силу воли.

Выделяйте даже мелкие достижения ребенка

Составьте с ребенком список его последних достижений - всего, что вызвало гордость.

Доверяйте выбору ребенка.

Поговорите с ребенком о его мечтах и интересах, позвольте самостоятельно решить, чего хочет он, и помочь составить план действий.

Делите цели на текущие, ближайšie и дальние

Сложные цели необходимо также делить на маленькие. Это позволит составить конкретный план, отслеживать прогресс и при необходимости корректировать стратегию.

Начинайте с малого

Важно, сначала помочь ребенку поставить такую цель, которую он сможет достичь за небольшой период времени: дочитать книгу, дорисовать рисунок, научиться кататься на велосипеде.

Хвалите даже за старание достичь цели.

Поощрение усилий зачастую мотивирует эффективнее, чем обещание награды за результат.

Важно, чтобы Вы были примером

Вы можете поделиться своим опытом: какие неудачи в детстве переживали и как удалось с ними справиться.