Перестаньте наказывать, кричать, упрашивать

или

основные стратегии воспитания ребенка

Воспитание детей – это обучение, а не склонность к замечаниям негативного поведения. **Помните: не спорьте, не осуждайте и не читайте нотаций – это не работает.** Каждый ребенок хочет чувствовать себя способным, чутким и нужным, поэтому самым мощным инструментом будет похвала.

Как же более эффективно хвалить ребенка, чтобы улучшить поведение, его способности и уверенность в себе?

**Описательная** похвала – самый лучший стимул. Мотивирует детей помнить ваши правила. Похвала за усилия, а не за способности. Описательная похвала подсказывает, что они должны сделать, чтобы получить наше положительное внимание, и направлена на то, чтобы развить в детях привычки, которые они еще не освоили.

Описательная похвала – это когда вы замечаете и комментируете то, что ваш ребенок сделал правильно или просто хорошо, или отмечаете, что он не сделал ничего плохого.

Когда мы продолжаем делать за наших детей то, что они могут сделать сами, мы непреднамеренно лишаем их возможности стать **самостоятельными и уверенными в себе.**

Каждый раз, когда вы делаете что-то вместо своего ребенка, подумайте: «Что из этого он может научиться делать сам для себя?».

Опасность того, что мы делаем вместо наших детей то, что они могут сделать сами, и оказываемся в роли бесплатной прислуги, заключается в том, что они перестают нас уважать. Они могут начать указывать нам, потому что им кажется, будто бы это наша работа – делать что-то для них.

Лучше всего описательную похвалу начинать со слов:

* Я заметил (а)…
* Ты не забыл(а), что…
* Уже три ночи подряд…
* Сегодня ты ни разу…
* Я слышу тебя…
* На прошлой неделе ты…
* Я помню, что ты…
* Теперь ты обычно
* Я вижу, что ты…

Примеры описательной похвалы:

* «Я заметил, что ты отставил молоко, как только я попросил».
* «Теперь ты обычно стоишь спокойно, пока я смываю шампунь».
* «Ты не забыл, что нужно было сделать перед сном, и часть этого сделал сам, пока я мыла посуду. Ты очень самостоятельный».
* «Я попросила тебя закрыть дверь, и ты это сразу сделал. Ты такой послушный».

**Методика «Никогда не просить дважды»**

(для смены деятельности от одной к другой)

1. Перестаньте делать то, что делаете, пойдите туда, где находится ваш ребенок, станьте рядом и смотрите на него.
2. Подождите, пока ваш ребенок перестанет делать то, что делал, и посмотрит на вас.
3. Дайте вашему ребенку указания – четко, просто и только один раз.
4. Попросите ребенка повторить вам указание – четко, точно и своими словами (и когда ваш ребенок слышит, как он сам говорит, что должен сделать,это становится уже его делом).
5. Стойте и ждите. (Ожидание является очень мощным средством воздействия.Оно показывает серьезность ваших намерений).
6. Пока вы стоите и ждете, описательно хвалите каждый шаг ребенка в правильном направлении, как бы мал он ни был, и ответно слушайте, что чувствует ваш ребенок ( расстроен, или рассержен, или разочарован). Тогда он сможет справиться со своими чувствами гораздо быстрее и будет меньше проявлять негативных эмоций.

**Когда нельзя использовать методику«Никогда не просить дважды» :**

1. Если ваш ребенок находится перед любым типом экрана.
2. Когда вы торопитесь.