

## Рекомендации для родителей Как воспитать успешного ребенка

1. Вместо приказа – **просьба**. Откажитесь от риторических вопросов к ребенку типа: «Почему в комнате беспорядок? Почему ты все еще сидишь перед телевизором?», а просто попросите: «Убери игрушки на место, пожалуйста».
2. Вместо возмущения – **активное слушание**. Если ребенок не выполняет вашу просьбу и плохо себя ведет, значит, на глубинном уровне не удовлетворяются его основные потребности. Активное слушание должно быть направлено на выявление этой самой неудовлетворенной потребности, но не путем расспросов, а очень непривычным для нас способом. Нужно ваши догадки произносить в утвердительной форме, при этом обозначив чувства ребенка. Например, ребенок не выполняет просьбу матери убрать разбросанные игрушки. Мама говорит без всяких вопросительных интонаций: «Тебе не хочется убирать сейчас игрушки, потому что ты устал. Тебе кажется, что это трудно». Вы не поверите, но эти простые слова могут иметь магическое действие – ребенок тут же займется уборкой. Почему? Просто мама заметила, что ему не хочется этого делать, проявила участие. Попробуйте! Испытав действие этого приема хотя бы раз, вы пожалеете, что не знали о нем раньше.
3. Вместо наказания и угрозы – **поощрение**. Нет более сильного мотива, чем внутреннее стремление ребенка ладить со своими близкими и желание получить награду. Поощрения могут быть такими: мы ходим с тобой в кафе, музей, на экскурсию, в кино, на прогулку, устроим чаепитие, пригласим твоего друга в гости, поиграем с тобой, порисуем и т.п.
4. **Приказ**, как утверждение родительской власти, необходим, если ребенок упорно не приступает к выполнению вашей просьбы. Он должен быть произнесен твердо, но спокойно. После того, как вы применили командный голос, нужно твердо стоять на своем. Эмоции, объяснения, аргументы, обвинения и угрозы только ослабляют вашу позицию. Повторяйте ваш приказ до тех пор, пока не добьетесь выполнения. Если все же добиться своего не удалось, используйте следующий прием.
5. Вместо наказания и угрозы – **время для «остывания»**. Можно отправить ребенка в свою комнату, что бы он выпустил пар. Время тайм – аута зависит от возраста: по одной минуте на каждый год, прожитый ребенком. Этот метод хорошо использовать с ребенком до 10 лет. Нужно помнить, что тайм – ауты не работают, если ребенок с удовольствием ходит в свою комнату. В таком случае для обдумывания своего поступка нужно выделить другое помещение. По завершении тайм – аута снова повторите свою просьбу.
6. Старайтесь **не критиковать** своего ребенка. Критика настраивает детей против взрослых, побуждает их к бунту. Осыпая ребенка негативными замечаниями, вы лишаете его возможности стать лучше.