

Человеку в день нужно не менее 8 «поглаживаний» (похвала, одобрение, выражение доверия, ласковое и ободряющее прикосновение и т.п.), желательно, разных по способу и степени проявления. Чем разнообразнее и неожиданнее поощрения, тем они действеннее. Чтобы поощрения выполняли свою функцию (закреплять положительное для родителя поведение ребёнка), они должны быть чётко увязаны с действиями ребёнка. Если родители действительно хотят закрепить желательное поведение ребёнка, им лучше выбрать реальное выполнимое поощрение. Очень важно, чтобы обещанная награда была получена, поэтому не стоит давать невыполнимых обещаний.

Надо обязательно хвалить утром и на ночь. Не забудьте похвалить ребенка с утра, чтобы создать для него «ситуацию успеха» на весь долгий и трудный для него день! Не допускайте, чтобы ваш ребенок засыпал обиженным и в слезах – похвала на ночь позволит ему хорошо выспаться. Передозировка похвалы вредна. *Поэтому выделяют ограничители:* не хвалить ребенка за то, что достигнуто ребенком не своим трудом (красота, ум, сила, здоровье) за исключением случаев наличия у ребёнка физического недостатка или «комплекса неполноценности»; не хвалить больше двух раз за одно и то же; не хвалить из жалости; не хвалить из желания понравиться, но обязательно нужно хвалить ребенка за малейшую попытку ребенка совершенствования себя. Используйте в общении с ребенком больше слов, выражающих похвалу и поощрение: умница, ты преодолел трудное препятствие, браво, я горжусь тобой, ты меня обрадовал, ты растешь...

КОГДА И КАК СЛЕДУЕТ ХВАЛИТЬ?

По мнению опытных психологов, следует хвалить и совсем маленьких детей, и взрослых людей:

- при наличии физического недостатка;
- при признаках душевных недостатков – склонности к воровству, лживости или жестокости (хвалить, когда человеку удастся от этого удержаться);
- при повышенной нервозности, тревожности, раздражительности;
- в положении гонимого, «козла отпущения»;
- после какой-либо потери, неудачи, непредвиденной неприятности;
- после провала на ответственном испытании, на экзамене;
- при болезни;
- при несчастной любви;
- просто так, профилактически – бывают моменты, когда похвала уже только за то, что человек живет, может спасти ему жизнь.

Главный принцип – похвала не должна быть ожидаемой. Пусть комплимент прозвучит внезапно, как бы невзначай, и, естественно, будет

искренним. Желательно, хваля ребенка, назвать его по имени. Всегда хвалите серьезно, убедительно и по существу.

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ «КАК ПООЩРЯТЬ РЕБЁНКА В СЕМЬЕ»

Как можно чаще одобрительно улыбайтесь своему ребенку: и когда он моет посуду, и когда играет.

Поощряйте своего ребенка жестами: ему будет всегда тепло и уютно, если мама коснется его головы во время приготовления уроков, а папа одобрительно обнимет и пожмет руку.

Словесно выражайте одобрение пусть самым маленьким успехом своего ребенка, его поведением.

Используйте чаще выражения: «ты прав», «мы согласны с твоим мнением» – это формирует в ребенке самоуважение, развивает самоанализ и критичность мышления.

Дарите своему ребенку подарки, но при этом учите его их принимать.

Формируйте в своей семье традиции и ритуалы поощрения ребенка: день рождения, Новый год, конец учебного года, 1 сентября, удачное выступление, сюрпризы, поздравления и т. д.

Учите своего ребенка быть благодарным за любые знаки внимания, проявленные к нему, независимо от суммы денег, затраченных на подарок.

Для поощрения своего ребенка используйте не только подарки материального плана, но и моральные поощрения, придуманные вами, которые впоследствии станут реликвией в архиве семьи вашего ребенка: грамоты собственного изготовления, стихи, газеты и дружественные шаржи и т. д.

Если вы хотите использовать в качестве поощрения деньги, используйте эту возможность для того, чтобы ребенок учился ими распоряжаться разумно.

Позволяйте своему ребенку иметь карманные деньги, но не оставляйте их расходование без анализа самим ребенком и вами.

Если вашему ребенку дарят подарки, никогда не анализируйте с ним их стоимость и ценность. Это может привести к серьезным нравственным проблемам.

Раны унижения и издевательства не заживают годами, шрамы безразличия и игнорирования остаются на всю жизнь!

Помните! Ваше внимание, любовь и ласка, дружеское участие и расположение могут сделать для вашего ребенка больше, чем самый дорогой подарок!

Учите своего ребенка понимать и ценить поощрения своих родителей.

А ТЕПЕРЬ НЕМНОГО О НАКАЗАНИИ...

Каждый взрослый помнит хотя бы одно наказание родителей из своего детства. Кого-то ставили в угол, не разговаривали, шлепали ладонью или ремнем...

И вот сейчас наказывая своего ребенка, подумайте, а надо ли?!

Наказание не должно вредить здоровью – ни физическому, ни психическому. Более того, наказание должно быть полезным. Однако, часто наказывающий забывает подумать...

Если есть сомнение - наказывать или не наказывать – **НЕ наказывайте**. Никакой «профилактики», никаких наказаний «на всякий случай»!

За один раз – одно. Даже, если проступков совершено сразу необозримое множество, наказание должно быть суровым, но только одно, за всё сразу, а не по одному – за каждый. Салат из наказаний – блюдо не для детской души! Наказание не отменяет любовь к ребёнку. Что бы ни случилось, не лишайте ребёнка заслуженной похвалы и награды.

Срок давности. Лучше не наказывать, чем наказывать запоздало. Некоторые ругают и наказывают детей за проступки, обнаруженные спустя месяц, а то и год (что-то испортил, стащил), забывая, что даже в суровых взрослых законах принимается во внимание срок давности правонарушения. Риск внушить ребёнку мысль о возможной безнаказанности не так страшен, как риск задержки душевного развития.

Наказан – прощён. Инцидент исчерпан. Страница перевернута, как ни в чём не бывало. О старых грехах ни слова! Не мешайте начинать жизнь сначала!

Без унижения. Что бы то ни было, какая бы ни была вина, наказание не должно восприниматься ребёнком как торжество вашей силы над его слабостью, как унижение. Если ребёнок считает, что вы несправедливы, наказание подействует только в обратную сторону!

Ребёнок не должен бояться наказания. Не наказания он должен страшиться, не гнева, а вашего огорчения...

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ «КОГДА НИ В КОЕМ СЛУЧАЕ НЕЛЬЗЯ НАКАЗЫВАТЬ И РУГАТЬ ДЕТЕЙ»

- Когда ребёнок болен, плохо себя чувствует или ещё не оправился после болезни. В этот период психика ребёнка очень уязвима, последствия не предсказуемы.
- Когда ребёнок ест, во время игры или труда.
- Сразу после того, как ребёнок получил физическую или душевную травму. Например, упал, подрался, потерпел неудачу, даже если сам виноват.

- Когда ребёнок стремиться, но не может преодолеть страх, невнимательность и т. п.
- Когда он кажется вам неспособным, неповоротливым, бестолковым.
- Когда малыш очень подвижен, что нервирует вас.
- Когда вы в плохом настроении или очень сердиты. Когда вы утомились, чем-то раздражены. Гнев, который вы в таком случае обрушиваете на детей, всегда чрезмерен и не справедлив. Согласитесь, что в подобных ситуациях мы просто срываемся на детях.

И ещё:

*** Ваш малыш ни в чём не виноват перед вами. Ни в том, что появился на свет. Ни в том, что создал дополнительные трудности. Ни в том, что не оправдал ваши ожидания. Ни в том, что не дал ожидаемого счастья. И вы не вправе требовать, чтобы он разрешил эти проблемы.

*** Ваш ребёнок – не ваша собственность, а самостоятельный человек. И решать до конца его судьбу, а тем более ломать по своему усмотрению ему жизнь вы не имеете права. Вы можете лишь помочь ему выбрать жизненный путь, изучив его способности и интересы и создав условия для их реализации.

*** Ваш ребёнок далеко не всегда будет послушным и милым. Его упрямство и капризы так же неизбежны, как сам факт его присутствия в семье.

*** Во многих капризах и шалостях вашего малыша повинны вы сами. Потому что вовремя не поняли его. Пожалели свои силы и время. Стали воспринимать его через призму несбывшихся надежд и просто раздражения. Стали требовать от него того, что он попросту не может вам дать в силу особенностей возраста или характера. Короче, не желали принимать его таким, каков он есть.

*** Вы должны всегда верить в то лучшее, что есть в вашем малыше. В то лучшее, что в нём ещё будет. Не сомневаться в том, что рано или поздно это лучшее непременно проявится. И сохранять оптимизм во всех педагогических невзгодах.

Всё-таки главное – это ваша любовь к ребёнку! Даже если вы иногда ссоритесь, обижаетесь, не понимаете друг друга, вы самые близкие люди на этой земле! Помните об этом, и жизнь станет лёгкой и счастливой! И ваш взрослый ребенок будет вспоминать ваши мудрые наказания.