**ПРОВЕРЕННЫЕ СПОСОБЫ ПОБУЖДАТЬ РЕБЕНКА**

**ВЫПОЛНЯТЬ ВАШИ ПРОСЬБЫ**



**1. МЕТОД ТРЕХ ШАГОВ**

Если вы хотите чего-то от ребенка, вовсе не обязательно облекать это в приказы или требования. Есть отличный способ побуждать ребенка к правильным действиям.

**1 шаг** - опишите ситуацию

Коротко расскажите ребенку, почему вы просите его сделать нечто.

Таким образом, вы привлекаете внимание ребенка, демонстрируете ему уважение, объясняя свою просьбу, сообщаете новую информацию.

*Пример: "Твои ботинки пачкают сидение".*

**2 шаг** - употребите вежливые слова

Употребите те вежливые слова, которыми вы предпочитаете сопровождать просьбы. Говоря ребенку вежливые слова, вы еще ДО ИЗЛОЖЕНИЯ СВОЕЙ ПРОСЬБЫ показываете свой дружелюбный настрой и взываете у ребенка положительные эмоции.

*Пример: "Пожалуйста, будь добр и т.п"*

**3 шаг** – изложите суть просьбы

После предварительной подготовки изложите суть просьбы. К этому времени ребенок уже понимает, почему его просят сделать то или иное. И он уже настроился дружелюбно, благодаря вашей вежливости.

*Пример: "Сними ноги с сидения".*

Последовательность шагов должна быть именно такая, это делает метод действенным.

**Потренируйтесь в таком способе выражения просьбы на следующих примерах:**

- Ребенок во время еды толкает обеденный стол

- Ребенок слишком громко слушает музыку

- Ребенок залез на подоконник

**2. ПОСЛЕДНИЕ ПЯТЬ МИНУТ**

Детям трудно сразу оторваться от какого – то интересного занятия. Однако, наша жизнь устроена так, что отрываться все - таки необходимо. Для того, чтобы смягчить ситуацию, сообщите ребенку заранее, что от него вскоре потребуется. Например, планируя сборы на прогулку или приготовления ко сну, скажите ребенку за 5 минут о том, что вскоре надо будет предпринимать какие-то действия, прервав игру. С маленькими детьми, не понимающими время по часам, можно использовать таймеры или песочные часы. Движение песка дает малышу реальное представление об идущем времени и ваше вторжение в его активность будет для него более предсказуемым.

Прием ПОСЛЕДНИЕ ПЯТЬ МИНУТ может помочь вам в ежедневных рутинных делах, следовании режиму.

**3. ЗАПРЕТ - АЛЬТЕРНАТИВА**

Запрещая что-то ребенку вы, вполне вероятно, столкнетесь с его сопротивлением. Ребенок выражает себя в действии, для него действие, активность – это сама жизнь. Сказать "не делай", то же, что предписать ребенку – "не будь". Часто он просто не может выполнить ваше предписание, он воплощает себя в текущей деятельности.

С другой стороны, если все - таки ребенок послушается вас и прервет нежелательное действие, то неизвестно, что он предпримет вместо этого действия, и будет ли его поведение лучше прежнего. Взамен нежелательного поведения может появиться еще более нежелательное поведение, и оно тоже потребует вмешательства родителя.

Чтобы не превращать общение ребенка и родителя в череду замечаний используйте метод ЗАПРЕТ- АЛЬТЕРНАТИВА.

Запрещая что-либо ребенку, предпишите ему какое - то действие:

*"Не рисуй на стене, порисовать можно вот тут на листочке".*

*"Не кричи в доме, можно кричать в саду".*

Попробуйте использовать метод ЗАПРЕТ-АЛЬТЕРНАТИВА в следующих случаях:

- Ребенок выдергивает культурные посадки на дачном участке

- Ребенок шумно носится по квартире

- Дети затеяли игру и кидаются тяжелыми игрушками, рискуя перебить все в доме.

Важно, чтобы ваше предписание было, по сути, близко к тому действию ребенка, которое вы планируете ограничить.

**4. ТРЕБОВАНИЕ**

Этот простой и экологичный метод очень близок к методу ЗАПРЕТ- АЛЬТЕРНАТИВА. Вместо того, чтобы запрещать нечто ребенку, предпишите ему действовать определенным образом. В этом случае вы просто ОПУСКАЕТЕ запрет и оставляете требование к ребенку.

Запрет обрывает активность, а требование предписывает эту активность, но в определенном русле. Для ребенка второе приятнее, он точно понимает, чего от него хотят, но при этом не слышит запрета, который всегда настраивает человека на оборону своей независимости.

*"Не кричи" (запрет, прерывание активности) – "Говори маленьким голосом" (предписание)*

*"Не носись тут" (запрет, прерывание активности) – "Здесь можно только ходить" (требование)*

*"Не отвлекайся от задания" (запрет, прерывание активности) – "Сосредоточься на том, что делаешь" (предписание)*

Потренируйтесь в использовании метода на следующих примерах:

- Не шуми (запрет) - …. (предписание)

- Не ходи весь день в пижаме (запрет) - …. (предписание)

- Не смей бить сестру (запрет) - …. (предписание)

- Не размазывай по столу кашу (запрет) - …. (предписание)

Требования должны быть сформулированы как можно конкретнее, ребенку трудно выполнить предписания типа "веди себя прилично" или "сиди за столом как человек! "

Все предложенные методы помогут вам в ежедневном общении с детьми, если использовать их достаточно часто, не оставлять на крайний случай, когда уже более грубые методы перепробованы.



[**РАЗВИВАЙТЕСЬ ВМЕСТЕ С НАМИ!**](https://vk.com/razvitie_detei)

Материал подготовлен педагогом-психологом

Емельяновой Еленой Владимировной