|  |  |
| --- | --- |
| |  | | --- | | ***Многие родители жалуются, что ребенок как будто не слышит замечаний, не обращает на них внимание или даже делает все наоборот. И как с этим быть? Оказывается, чтобы малыш услышал, легко понял вас и смог действовать верно, достаточно сформулировать замечание немного иначе. Своими рекомендациями делится детский и семейный психолог Екатерина Кес.*** | |

|  |  |
| --- | --- |
| |  | | --- | | GNUCVKV2.jpg  Замечание – это  краткое суждение, высказанное по поводу чего-то  увиденного или услышанного. Это суждение может быть как со знаком «плюс», так и со знаком  «минус». Когда ребенок ведет себя плохо, родители делают ему замечание со знаком «минус» с помощью "не"- они малоэффективны.  Сегодня мы поговорим, как менять замечания со знаком «минус» на замечания со знаком «плюс». Это нужно для того, чтобы вашему ребенку было понятно, какого поведения вы от него ожидаете и чтобы он мог легче выполнять ваши просьбы.  Как вы думаете, сколько раз в день вы бы ловили себя на словах: «Нет», «Не делай этого», «Прекрати», «Не лезь», «Не трогай» и т.д.? Между тем, слова-команды «Прекрати», «Не делай этого»  и тому подобные создают целый ряд проблем для маленьких детей. Давайте посмотрим, почему так получается. | |

|  |  |
| --- | --- |
| |  | | --- | |  | |

|  |  |
| --- | --- |
| |  | | --- | | ***Почему дети не понимают наших замечаний*** *Замечания, которые начинаются с частицы «Не» требуют от ребенка двойного осмысления. Вначале он должен понять:  «Что мама  хочет, чтобы я****не делал****и только затем ребенок должен додумать сам  «Что она хочет, чтобы я****делал****» Это может быть довольно сложно и запутанно, особенно для маленьких детей. Гораздо проще для ребенка, если он слышит от взрослого сразу же прямое указание или просьбу о том, что ему следует делать (вместо того, что не следует делать).*  *Если бы вы сами в течение дня постоянно слышали в свой адрес слова и фразы с негативно окраской, вы бы тоже скоро вышли из равновесия. Именно так часто чувствуют себя наши дети. Постарайтесь сделать так, чтобы фраз со смыслом «Делай вот так и так» было значительно больше, чем фраз «Не делай этого».* | |

|  |  |
| --- | --- |
| |  | | --- | |  | |

|  |  |
| --- | --- |
| |  | | --- | | **Как правильно формулировать замечания?**  Формулируйте свои фразы, обращенные к малышу, без частички «не», без отрицания. Лучше использовать в самом начале вашей фразы глагол в повелительном  наклонении, который объясняет ребенку, что сейчас нужно сделать.  Просто перефразируйте ваше обращение к ребенку и из отрицания нежелательного действия сделайте призыв к желательному действую. На самом деле, это совсем не сложно.   **Примеры правильно сформулированных замечаний**   * Говори тихо  (вместо «Не кричи») * Сложи свои игрушки в коробку» (вместо «Не разбрасывай игрушки») * Помой ручки с мылом (вместо «Не ходи с грязными руками») * Давай подумаем, что тут можно сделать (вместо «Не ной!») * Расскажи мне, как было на самом деле (вместо «Не ври» ) * Пожалуйста, ходи по дому медленно и спокойно (вместо «Не бегай по дому») * Держи рот закрытым, когда жуешь (вместо. «Не жуй с открытым ртом») * Положи ножик на стол, возьми вот этот, маленький   В этих примерах ребенок четко и ясно слышит, что ему нужно делать, что вы от него хотите. Ему проще следовать именно таким фразам, чем фразам, описывающим, что ему делать не нужно. | |

|  |  |
| --- | --- |
| |  | | --- | | ***Упражнение с использованием удачных и неудачных замечаний*** *Есть хорошее упражнение, которое  наглядно иллюстрирует, как тяжело ребенку осознавать  и выполнять  команды, которые начинаются с частицы «не». Я часто провожу это упражнение среди родителей во время моих семинаров. Я прошу их следовать моим просьбам и выполнять их как можно быстрее: «Не вставай», «Не садись», «Не смотри направо», «Не смотри налево», «Не держи руки внизу», «Не смотри вперед» и т.д. Участники упражнения всегда соглашаются,  что выполнять такие команды довольно сложно. И они часто теряются, ведь каждый раз нужно напрягаться и соображать: «Что мне сейчас нужно делать?»*  *А теперь послушайте другие просьбы и почувствуйте разницу:  «Садись», «Вставай», «Посмотри направо», «Посмотри налево», «Подними руки вверх», «Посмотри в сторону».  Согласитесь, что следовать таким простым и понятным просьбам  намного легче.*  **Когда вы правильно делаете замечания, ребенок вас лучше вас понимает** Конечно, на первых порах вам потребуется следить за тем, что вы говорите. Но зато результаты не заставят себя ждать. Вы увидите, насколько вашему ребенку легче будет слышать и выполнять ваши просьбы. Значительно меньше времени потребуется на то, чтобы он начал действовать в правильном направлении. Совсем немного практики, и вам с малышом станет намного проще понимать друг - GQ8NSO4V.jpgдруга. | |

|  |  |
| --- | --- |
| |  | | --- | |  | |