

## Как сделать так, чтобы ребенок слушался взрослых и обращал внимание на их просьбы



Наверно каждый родитель сталкивался с непослушанием ребенка, предлагаем Вам простые правила, которые облегчат жизнь Вашу и вашего ребенка.

**1. Все задания и цели, которые вы задаете ребенку, должны быть выполнимыми и четкими.** Например, если вы хотите, чтобы он сделал уборку у себя в комнате, уточните, что конкретно нужно сделать (вытереть пыль, полить цветы) или куда положить вещи (игрушки – в ящик, одежду – на стул, карандаши – в коробочку) и так далее.

**2. Просьбы должны быть не только четкими и ясными, но и простыми.** Для начала попросите ребенка сделать какое-то одно дело (например – вымыть вместе с вами посуду), если он еще не умеет сам этого делать – пообещайте показать и научить, составить ему компанию. После того, как он выполнит данное задание, можно попросить его сделать что-то еще.

**3. Проявляйте настойчивость.** Поощряйте все действия, направленные на выполнение вашей просьбы – особенно, если вы хотите, чтобы малыш научился справляться с делами самостоятельно. На первых порах можно даже немного помогать ребенку в выполнении ваших заданий.

**4. Если вы хотите, чтобы малыш сам хотел вас слушаться, а не просто выполнял все из страха, не приказывайте ему,** а поясняйте свои просьбы, чтобы ребенок понял, зачем и почему он должен действовать, так или иначе. Поощряйте и хвалите его за выполнение заданий, и вообще позаботьтесь о положительной мотивации поступков.

**5. Хорошо действует на детей и предвкушение награды за труды.** Можно пообещать ребенку какое-либо поощрение – после того, как он выполнит

данное ему задание (например, сходить в кино, купить мороженое и т.п.). Не стоит делать это слишком часто, чтобы послушание не надо было «покупать» каждый раз. С детьми, которые уже умеют читать и писать, можно и поиграть в своеобразную игру – заключить письменный «контракт» на выполнение того или иного задания, за что последует определенная награда. Такой «документ» можно составить и написать вместе с ребенком, украсить рисунками и повесить на видном месте. Ребенок одновременно увлечется игрой, почувствует себя равноправным партнером и ощутит важность возложенного на него дела.

**6. Не подавляйте инициативу, желания и свободу ребенка постоянными запретами и отрицаниями, пользуйтесь словом «нет» только, когда это действительно необходимо.** Переключайте внимание ребенка на похожие действия и занятия, старайтесь чем-то заинтересовать. Например, вместо того, чтобы запрещать шумные игры дома, предложите малышу поиграть в них на улице, а если ребенок хочет сделать какое-то сложное для него действие, предложите проделать это вдвоем с ним.

**7. Ребенок должен чувствовать, что у него есть свобода и возможность выбора своих действий и занятий.** Регулярно давайте ему самому возможность решать, что из, например, двух дел, он в данный момент больше хочет сделать.

**8. Старайтесь не прерывать ребенка своими требованиями во время игры или другого захватывающего его занятия,** лучше предупредите его хотя бы немного заранее о том, что нужно будет прерваться и что-то сделать – тогда малыш успеет завершить игру и не будет на вас злиться.

*Информацию подготовил педагог-психолог:  
Трехаева Елена Владимировна*