

## **Способы оказания поддержки ребёнку без излишней похвалы.**

1. Страйтесь высказывать своё *личное мнение*: «Мне нравится...». « Я ценю... .», «Мне здорово помогло.. .» (вместо: «У тебя великолепно получается...», («У тебя получается лучше, чем у ...»). Дети в состоянии воспринять вашу искреннюю реакцию на свои действия, но могут растеряться или почувствовать себя неловко получая явно завышенную оценку, которую ещё предстоит оправдать.
2. *Демонстрируйте уверенность* в способностях своих детей. «Мне так приятно, что ты на выходные выбил ковры они же такие тяжёлые. Теперь я знаю, что у меня есть настоящий помощник». Но не так: «Для твоего возраста у тебя неплохо получается» или «Превосходный рисунок». Другими словами, дайте детям возможность самим сделать вывод о своих способностях. Неплохо при этом задать вопрос: «А ты сам что думаешь?» и дать ребёнку свободу в оценке своих способностей.
3. Отмечайте, насколько трудной была работа, которую сделал ваш ребёнок. «Земля такая твёрдая!» вместо: «Ну, ты силён вскопать такую грядку!» Пусть он сам додумает, что вы оставили между строк.
4. Замечайте, *успехи и старания* ребёнка. «А ведь ещё месяц назад ты мог один раз туда и обратно!» «Ты целый час над этим проработал!» «Я смотрю, у тебя с братом в последнее время наладились отношения!» В нашем мире слишком много внимания уделяется окончательному результату в ущерб стараниям, приложенным к его достижению, поэтому дети могут легко потерять интерес без вашей поддержки их усилий. И, пострайтесь, не испортить всё, сказав в конце, что они «способны на гораздо большее».
5. Не упускайте возможность отметить *вклад* ребёнка в общее дело. Поскольку мы стремимся наладить в семье атмосферу сотрудничества, а не конкуренции, пострайтесь должным образом оценивать ситуации, в которых дети проявляют предусмотрительность, предупредительность, стараются помочь. Простое выражение признательности: «Спасибо!» «Благодарю за помощь!» «Молодец, что помог сестре!», или просьба помочь: «ТЫ не пособишь мне...» может значить для детей гораздо больше, чем фраза вроде «Ты такой предусмотрительный».
6. Не упускайте возможность прокомментировать положительный *результат* действий ребёнка. Ребёнку будет очень приятно, если вы скажете: «Теперь мне будет гораздо легче работать» или «Теперь комната выглядит гораздо чище», потому что он знает, что это правда.

**Итак**, страйтесь подчёркивать важность стараний, отмечать достижения ребёнка (даже самые небольшие), существенность результатов его действий и его вклад в общее дело, а также реальные трудности, с которыми он столкнулся, выполняя его. Всё, что вы говорите, должно звучать искренне и правдиво. Дайте детям самим оценить то хорошее, что они сделали. Помните, что хорошего много просто мы не привыкли акцентировать на нём внимание, а ведь это может существенно поднять степень уверенности детей в своих силах.