**Памятка для родителей:**

**«Какой метод эффективнее - похвала или наказание?»**

 Практика показывает, что родители (и не только беспокойных детей) очень скупы на одобрение, похвалу. На вопрос, часто ли  тебя хвалят родители, дети отвечают долгим молчанием, и выясняется, что хвалят редко, только за реальный результат, но никогда за старание, попытку. Старание, работа не получают одобрения, если нет результата, удовлетворяющего родителей.

 В процессе занятий, обучения и особенно тогда, когда есть проблемы, ребенку необходимы поддержка, подбадривание, которые позволяют ему понять, что он  действует правильно, дают уверенность в том, что неудача преодолима, и вы оцениваете его старание. Обращать внимание только на проблемы очень легко, а вот увидеть наметившееся улучшение непросто. Но без поддержки взрослого ребенок его тоже не заметит. «Я уверен, что у тебя получится», «Я помогу тебе, и ты обязательно сделаешь…»,

«Правильно», «Молодец, ты меня радуешь». Эти формулы одобрения стандартны, и каждый может использовать свои. Одобрение, поддержка и похвала стимулируют ребенка, повышают мотивацию.

 Жесткое обращение (замечания, укоры, угрозы, наказания) может кратковременно повысить эффективность, но у большинства детей это вызывает обиду, тревогу, усиливает боязнь неудачи. Причем эта тревога и боязнь родительского гнева провоцируют новые проступки, хотя страх порицания и наказания нередко создает иллюзию позитивного изменения ситуации.

 Уступчивость и послушание зачастую достигаются за счет накапливаемого ожесточения, отрицательных эмоций и нарушения взаимоотношений.

 Рекомендуется чаще хвалить ребенка, чем осуждать его, подбадривать, а не подмечать неудачи, вселять надежду,   а не подчеркивать, что изменение ситуации невозможно. Для того  чтобы ребенок поверил в свой успех, в   возможность преодоления проблем, в это должны поверить взрослые.