**Как сделать похвалу более эффективной**

Иногда бывает так, что родители хвалят детей, но не очень эффективным образом. Вот некоторые примеры того, как максимально повысить эффективность похвалы детей.

**Будьте конкретны**

Нечеткая похвала очень часто звучит в цепочке заявлений, быстро сменяющих друг друга. Это неконкретно и немаркировано. Например, вы говорите «Хорошо сделано…молодец…хорошо…замечательно». К сожалению, эти заявления не указывают, какое конкретно поведение вы пытаетесь похвалить.

Более эффективно давать маркированную похвалу. Маркированная похвала указывает, какое конкретно поведение вам нравиться. Вместо «молодец» или «отлично сделано» лучше сказать «Как ты хорошо сидишь» или «Мне приятно, что ты сказал «спасибо» или «Молодец, что убрал кубики, когда я попросил».

**Хвалите к месту**

Очень важно, чтобы похвала была прямо связана с хорошим поведением ребенка. Хвалить за дележку игрушками нужно именно тогда, когда ребенок дает младшему братишке поиграть своей игрушкой. Однако, если дети ведут себя неподобающим образом, лучше игнорировать тот положительный аспект, который ,возможно, присутствует в их поведении, а ни в какой форме не хвалить детей. Нельзя хвалить Машу за то, что она дала Ване свои мелки, если они пишут ими на стене комнаты. Если давать ложную похвалу, когда дети ведут себя плохо, это сбивает их с толку и ведет по неверному пути. Подождите, пока ребенок не сделает более конструктивное, и тогда похвалите хорошее поведение.

**Проявляйте энтузиазм**

Некоторые похвалы неэффективны потому, что скучны, говорятся скучным голосом, без улыбки и взгляда в глаза. Те же слова повторяются вновь и вновь ровным, неэмоциональным тоном. Такая похвала не поощряет ребенка.

Воздействие похвалы может быть увеличено при помощи невербальных способов передавать энтузиазм. Улыбнитесь ребенку, обратитесь к нему с теплым выражением глаз или потрепите по плечу. Похвалу нужно говорить энергично, искренне и с любовью. Слова, небрежно брошенные через плечо, потеряны для ребенка. Одно важное предостережение: *если вам трудно хвалить, и вы к этому не привыкли, вначале похвала будет звучать искуственно или скучно. Этого следует ожидать. Искреннее положительное чувство придет, когда вы будете чаще и чаще пользоваться похвалой.*

*Несколько фраз, которые помогут начать…*

* Мне нравиться, когда ты…
* Ты делаешь как раз то, что так хочется маме…
* Очень хорошо
* Ты так хорошо слушаешь папу
* Как у тебя здорово получается
* Мама так тобой гордиться, потому что ты…
* Посмотри, как он хорошо…
* Прекрасно! Замечательно! Великолепно! Отлично! Потрясающе!
* Вот это лучший способ…
* Мне, правда, очень приятно, когда ты ….

**Старайтесь не добавлять к похвале неприятного**

Некоторые хвалят и, не понимая этого сами, противоречат похвале своим сарказмом или добавлением выговора. Это едва ли не самое вредное, что может сделать родитель в процессе поощрения.

Особенно, когда родители видят, что ребенок делает что-то для него новое, родители не могут удержаться от саркастического или критического замечания по поводу нового поведения. Например, отец может сказать своим детям: «Маша и Ваня, вы оба пришли к столу по первому моему зову.Это замечательно. Но в следующий раз неплохо бы вымыть руки и лицо» или мать может сказать утром: «Саша, я рада, что ты стелишь постель, но почему бы тебе не делать этого каждое утро?».

Важно отнестись положительно к новому поведению. Если ребенку кажется, что вы настроены неодобрительно или критически, как цитированные выше родители, он перестанет стараться. Когда вы хвалите ребенка, похвала должна быть четкой и недвусмысленной, не напоминать о прошлых неудачах или не очень хороших результатах.

**Подводя итоги..**

* Ловите момент, когда дети ведут себя хорошо – не приберегайте похвалу для идеала
* Не бойтесь избаловать детей похвалой
* Больше похвалы трудным детям
* Похвала должна быть конкретной и маркированной
* Вместе с похвалой поцелуйте, обнимайте ребенка или погладьте ребенка или погладьте по спине
* Хвалите в присутствии посторонних