**[Как поощрять ребенка в зависимости от темперамента? Искусство воспитания детей в семье](http://www.karapuzovedenie.com/2012/04/kak-pooshhryat-rebenka.html)**



Мы уже говорили в предыдущей статье о том, что [поощрение служит хорошей альтернативой наказанию](http://www.karapuzovedenie.com/2012/03/vospitanije-detej-pooshrenije.html#more). Представьте себе, что вас попросили выполнить сверхурочную работу. Естественно, у вас это вызовет сопротивление. Затем вам говорят, что каждый час переработки будет оплачиваться в двойном размере. Вы сразу же станете намного более склонны к сотрудничеству. Как обещание большего служит мотивом для вас, оно так же мотивирует к должному поведению и вашего ребенка — возможно, даже сильнее.

О предубеждениях и положительных сторонах такого метода мы уже говорили в предыдущей статье, поэтому сейчас рассмотрим, как мотивировать ребенка в зависимости от темперамента. Вот что пишет Джон Грей в книге "Дети с небес" по этому поводу:

КАК ПООЩРЯТЬ ДЕТЕЙ С РАЗНЫМ ТЕМПЕРАМЕНТОМ

"Давайте рассмотрим на примерах, как по‑разному сформулировать одно и то же обещание для детей с разным темпераментом. Рассказывая о предстоящей награде сенситивному ребенку, обратите особое внимание на чувства. Например: «Если ты послушаешься меня сейчас, у меня будет больше времени позже. Мы сможем собрать в саду цветы для мамы. Будет очень весело. Мама любит цветы. Мы соберем целый букет».

Обещая поощрение активному ребенку, особо остановитесь на самом действии: «Если ты послушаешься меня сейчас, у меня будет больше времени позже. Мы можем пойти поиграть в сад и собрать букет для мамы. Можно даже притащить стремянку и набрать цветов с дерева».

Говоря с реактивным ребенком, обратите внимание на чувственные ощущения. Пусть ваше обещание прозвучит почти как сказка. Например: «Если ты послушаешься меня сейчас, у меня будет больше времени позже. Мы сможем пойти в сад и собрать для мамы красивый букет. Мы составим его из красных, белых и желтых цветов. Уверен, мы встретим в саду бабочек. Когда мама увидит букет, лицо ее озарится улыбкой».

Обещая поощрение восприимчивому ребенку, не забывайте говорить о времени: «Если ты послушаешься меня сейчас, у меня будет больше времени позже. Когда мы будем возвращаться домой, можно будет собрать в саду букет для мамы. Сейчас мне нужна твоя помощь, и тогда позже у нас будет время сделать букет для мамы».

Конечно, формулировка, соответствующая темпераменту конкретного ребенка, действует лучше, — но можно высказать свое обещание и просто. Суть в том, чтобы объяснить ребенку: если ты побережешь мое время сейчас, я уделю его тебе же позже. Ты поможешь мне сейчас, а позже я сделаю кое‑что для тебя.

ПРИМЕРЫ ПООЩРЕНИЙ

Ниже я привожу несколько примеров поощрений, которые можно пообещать ребенку. Подумайте, как сформулировать их, чтобы они лучше подействовали на вашего малыша. Примите во внимание его темперамент. Подумайте, какие награды в каких ситуациях лучше всего побудили бы вашего ребенка к сотрудничеству.

Если ты, не мешкая, соберешь игрушки, у меня останется время, чтобы поиграть с тобой.

Если ты поможешь мне прибрать у тебя в комнате, у меня останется время поиграть с тобой.

Если мы сейчас вместе наведем тут порядок, то сможем потом вместе порисовать.

Если ты подготовишь школьную одежду на завтра, у нас утром останется время для десерта.

Если ты быстро оденешься, мы сможем после школы зайти в кафе.

Чем быстрее ты соберешься, тем быстрее мы вернемся домой.

Если ты немедленно заберешься в машину, я найду время, чтобы вечером поиграть с тобой в мяч.

Если ты послушаешься, то позже я сделаю для тебя то‑то и то‑то.

Если ты сейчас же возьмешься за домашнее задание, мы сможем вечером устроить чаепитие.

Если ты доешь овощи, то я куплю торт к ужину.

Если ты сейчас же сядешь обедать, после обеда мы сможем попеть вместе.

Если ты сейчас пойдешь домой, то позже сможешь поиграть в любимую игру.

Если ребенок сопротивляется, то вместо того, чтобы отнимать у него что‑то, — дайте. Дайте ему что‑то, и в нем снова пробудится внутреннее стремление к сотрудничеству. Вместо того чтобы использовать в качестве сдерживающего фактора боль, поощрите его возможностью получить больше.

ВСЕГДА ДЕРЖИТЕ ЧТО-ТО В РУКАВЕ

Поощрение будет действенным в том случае, если вы найдете то, что особенно хорошо мотивирует вашего ребенка к сотрудничеству. Обнаружив, чем можно привлечь своего малыша, всегда держите это наготове — в рукаве. Для кого‑то самым сильным мотивирующим фактором служит обещание: «Если ты послушаешься меня сейчас, у меня останется больше времени, чтобы почитать тебе сказку». Другому ребенку нужно другое: «Если ты меня послушаешься, мы сегодня вместе испечем кексы». Еще кому‑то нужны разнообразные поощрения.

**Главный секрет состоит в том, чтобы заметить, что особенно любит ваш ребенок, и использовать это в качестве поощрения для него.**

Если малыш любит сказки, то обычно читайте ему немного меньше, чем могли бы. Конечно, не следует прекращать чтение вообще, но следите за тем, чтобы не пресытить ребенка сказками. В этом случае чтение может стать хорошим поощрением. Рассмотрим еще один пример. Ребенок говорит: «Давай на этой неделе сходим в парк». «Прекрасная мысль, — отвечаете вы. — Обязательно сходим, если будет время». В другой раз, когда малыш противится вашей воле, скажите: «Если ты меня сейчас послушаешься, то у меня останется больше времени и я смогу сводить тебя в парк». Вы уже и так запланировали эту совместную прогулку, однако теперь можете использовать ее в качестве поощрения.

**Во многих случаях те же вещи, которые вы отнимаете у ребенка в наказание за непослушание, можно использовать в качестве награды.**

Если вы угрожаете ребенку тем, что не возьмете его на прогулку, можно пообещать ту же прогулку, чтобы мотивировать ребенка к сотрудничеству. Вместо того чтобы угрожать: «Если ты сейчас же не уберешь эти игры в шкаф, я вообще не позволю тебе играть с ними впредь», — можно сказать: «Если ты сейчас уберешь игры в шкаф, то я позже сыграю с тобой в одну из них». Самая лучшая награда для ребенка — обещание посвятить ему какое‑то количество своего времени.

Награды должны быть разумны, связаны с ситуацией и соразмерны жертве, которую вы требуете от ребенка. Пример разумного поощрения: «Если ты сделаешь для меня то‑то и то‑то, позже у меня будет время сделать что‑то для тебя». Это разумно: сделай что‑то для меня, и я сделаю что‑то для тебя. Пример поощрения, связанного с ситуацией: «Пора идти домой обедать. Я понимаю, что тебе хочется поиграть, но уже время уходить. Если ты сейчас пойдешь со мной, мы сможем скоро вернуться». Поощрение непосредственно связано с деятельностью, отказаться от которой вы предлагаете ребенку. Соразмерная награда определяется в зависимости от степени сопротивления ребенка. Чем больше вы от него просите, тем больше предлагайте.

У предусмотрительных родителей всегда есть в запасе несколько поощрений, и они вытаскивают их всякий раз, когда ребенок сопротивляется. Ниже я привожу примеры поощрений. Подумайте, какие из них могли бы использовать вы.

СПИСОК ПООЩРЕНИЙ

У нас останется больше времени, чтобы заняться чем‑то позже.

Потом ты сможешь покататься на велосипеде.

Мы сможем собрать букет для обеденного стола.

Мы сможем вместе выгулять собаку.

Мы поедим горячего шоколада.

Мы устроим чаепитие.

Мы поиграем в мяч.

Мы побросаем летающую тарелку.

Мы испечем печенье.

Мы прочтем три сказки перед сном.

Мы отправимся на пикник.

У нас будет десерт.

У нас будет время сходить на речку поплавать.

Мы сможем спеть вместе.

Твой товарищ сможет посидеть у нас в гостях подольше.

Мы сможем прокатиться на машине.

Мы вместе пойдем за покупками.

Мы полазим по деревьям.

Мы сможем сходить на качели.

Мы сможем сходить в парк.

Мы сможем полепить из пластилина.

Мы порисуем вместе.

Мы пойдем на прогулку.

Мы сможем посидеть обнявшись.

Мы сможем посмотреть такую‑то программу по телевизору.

Иногда для того, чтобы побудить ребенка к сотрудничеству, необходимо просто заранее предупредить его о предстоящих действиях. Восприимчивым детям требуется особенно много времени, чтобы перейти от одного вида деятельности к другому. Мудрые родители стараются предупреждать таких детей обо всем заранее. Вместо «Пора надевать куртку» скажите: «Через пять минут нам нужно выходить из дому. Я хочу, чтобы к тому времени ты был уже одет. Если оденешься вовремя, нам не придется спешить, и поездка будет намного приятнее».

Если перед сном вы прилегли рядом с ребенком и он никак не хочет вас отпускать, скажите: «Ладно, через пять минут мне нужно уходить. Если ты будешь слушаться и лежать тихонечко, то я побуду с тобой все эти пять минут. Если же ты будешь болтать, мне придется уйти сейчас же». Хотя обещание уйти похоже на угрозу, пусть это вас не смущает, поскольку вы посулили ребенку награду: побыть с ним лишние пять минут, если он будет лежать тихо.

Прежде чем попросить детей навести порядок в комнате и идти обедать, предупредите их, что через пять минут им нужно будет начать уборку, а затем сесть за стол. Пусть у детей будет некоторое время свыкнуться с мыслью, что скоро им придется прекратить игру, навести порядок, а затем идти в столовую. Можно сказать так: «Поиграйте еще пять минут, затем наведете здесь порядок и идите обедать». Когда вы напомните об этом через пять минут, дети будут более склонны к сотрудничеству.

Поощрение — поистине волшебное средство: когда все остальные методы не работают, обещание награды немедленно приводит к желаемым результатам. Если вы не поймете смысла поощрений и не научитесь ими пользоваться, остальные методы позитивного воспитания не принесут пользы. Когда родители не умеют договориться с ребенком, пообещав ему награду, у них остается один выбор: угрожать наказанием.

ПООЩРЕНИЕ ПОДОБНО ДЕСЕРТУ



Предлагая ребенку награду, вы тем самым помогаете ему обратиться к той части его существа, которая хочет помогать родителям. Ребенка побуждает к сотрудничеству не сама награда. Она лишь пробуждает естественный механизм самомотивации. Награды и привилегии подобны десерту. Если вы будете есть только десерты, организм не получит всех питательных веществ, которые необходимы для нормальной жизнедеятельности. Одна из причин, почему мы едим десерт в конце трапезы, состоит в том, что сладкое может притупить чувство голода и у нас потом не будет желания есть пищу, жизненно необходимую организму.

**Если мы станем полагаться только на награды, у ребенка пропадет аппетит к сотрудничеству.**

Если взрослый человек работает только ради поощрения, значит, чего‑то в его жизни не хватает. Он работает только ради того, чтобы получить желаемое, и забывает о своем подспудном стремлении принести пользу людям. У него нет желания выполнить работу по‑настоящему хорошо, и человек делает только то, что необходимо для заработка. Это нездоровый подход.

С другой стороны, служить людям, не заботясь о награде или заработке, когда собственная семья нуждается, — тоже нездоровая позиция. Успешные взрослые люди думают и о себе, и о других. Они стараются что‑то изменить в мире и при этом заботятся также об удовлетворении собственных нужд. Соответствующим образом поощряя детей, мы готовим их быть успешными в зрелости.

**Соответствующим образом поощряя детей, мы учим их заботиться как о себе,так и о других людях.**

Детям следует понять, что в жизни мы должны как давать, так и брать. Если ты даешь, ты получаешь. Чтобы больше получить, нужно больше отдать. Всякий раз когда вы просите ребенка дать вам немного больше, чтобы потом он получил немного больше взамен, вы преподаете ему очень важный жизненный урок. Ребенок учится заключать сделки и вести переговоры. Он узнает, что, давая больше, он заслуживает большего. И еще — он учится отказываться от сиюминутных желаний ради чего‑то более значительного в будущем.