

***7 шагов к привычке слушаться родителей.***

Сложно ли добиться, чтобы у Ваших детей появилась такая привычка? Многое зависит от возраста: подростка приучить слушаться родителей – сложно, а выработать такую привычку у маленького ребенка - задача решаемая.

Самый простой метод, который Вам в этом поможет, это метод "Семь шагов". Идея его в том, чтобы приучать ребенка Вас слушаться, начиная с самых простых, элементарных вещей, и очень постепенно, методично переходить шаг за шагом к вещам более трудным. *От простого - к сложному*. Вначале делаем то, что получится у любого родителя с любым ребенком, затем добавляем немного, потом еще - и так проходим большой путь от ребенка естественного до ребенка воспитанного, который уже понимает, что людей любящих и более опытных, чем он - слушаться правильно.

**Шаг 1: Пристройка.**

Как говорил Король из сказки Антуана Сент-Экзюпери "Маленький принц", управлять восходом солнца легко, нужно только знать, когда восход происходит. Скажите в нужный момент: "Солнце, поднимайся!", и Вы станете властелином восходящего солнца... Также и с ребенком: если ребенок Вас пока не слушается, он все равно что-то делает. *Идите от того, что есть, пристраивайтесь к тому, что он делает, и направляя его активность в нужную Вам сторону.*

Ребенок бегает, вы ему кричите: "Молодец, быстрее, быстрее!" - он радостно добавляет скорости.

*Не можешь справиться - возглавь.* Не можете (пока) управлять поведением ребенка - пристраивайтесь к тому, что он все равно делает и что хочется делать ему самому.

**Шаг 2: Привада.**

Есть такое слово: "привадить". Рыбак кидает в речку подкорм - приваживает рыбу. А как это относится к Вам и почему это поможет сделать ваших детей более послушными?

Например, Ваш ребенок любит грызть яблочки или печенье: ваша задача сделать так, чтобы доступ к этим сладостям был не свободным, а только через вас. Вы не дожидаетесь, пока он начнет у вас клянчить, а сами, выбрав хорошее время, объявляете: "Кто хочет вкусное яблоко, быстро бежит ко мне!". Дети бегут, Вы их угощаете и гладите по головке: "Молодцы, как вы быстро прибегаете к маме!". Таким образом, Вы уже приучаете детей приходить к вам, когда вы их зовете.

*Приваживайте к себе Вашего ребенка - и хвалите его, когда он к вам приходит!* Привадой может быть не только еда, а все, что нравится ребенку: и выдавить крем на торт, и помесить тесто, и время, когда вы можете поиграть с ребенком в игры, которые он любит. "У мамы есть пять минут! Кто быстро прибежит, может с нею поиграть в жмурки!". **Важно:** если ребенок прибегает, Вы это подкрепляете: даете приваду и хвалите. Если ребенок не торопится прибегать, приходит потом и требует, Вы приваду не даете: "Всё уже кончилось!", но подсказываете: "Когда мама зовет, надо прибегать быстро!". *Приучайте ребенка выполнять Ваши просьбы, подкрепляя это радостью.*

**Шаг 3: Игнорирование капризов.**

Послушный ребенок не только ДЕЛАЕТ то, о чем Вы его просите, он еще ПЕРЕСТАЕТ ДЕЛАТЬ то, что Вам не нравится. Ребенок пробует бороться с волей родителей через свои капризы и истерики, и Ваша задача на этом шаге - перестать на них как-либо реагировать. *Приучайтесь делать свои дела, не реагируя на капризы ребенка* - в тех случаях, когда в своей правоте уверены Вы сами и знаете, что Вас поддержат все.

Вы все торопитесь на поезд, собираете вещи. В этом случае капризы ребенка "Ну поиграй со мной!" будут легко проигнорированы всеми, включая бабушек. Приучайте ребенка к тому, что есть дела, которые важные. Приучите ребенка к слову: "**Это важно**". Если Вы присели перед ним и, глядя ему в глаза, держа его за плечики, спокойно и твердо говорите: "Взрослым сейчас нужно собираться, а поиграем мы с тобой попозже. Это важно!" - то скоро ребенок начнет вас понимать. Это - важно!

**Шаг 4: Требования.**

Ваш ребенок уже быстро прибегает к вам, когда вы его зовете с чем-то вкусненьким, перестал капризничать и уже не устраивает истерик. Как правило, он сделает то, о чем Вы его попросили, но он еще не привык к тому, что Вы можете от него что-то всерьез требовать. *Просьбы - мягкие, а требования - жесткие и обязательные*. На этом шаге снова действуйте последовательно, но аккуратно, вначале требуйте минимум и только тогда, когда Вас поддержат все.

Ребенок уже достаточно подрос, чтобы... Чтобы не отнимать игрушку у чужого ребенка, чтобы поднять упавшую варежку самому, чтобы положить кашу себе в рот самостоятельно... - Всегда ищите те моменты, когда ваши требования будут поддержаны всеми окружающими.

Если ребенок не успевает за Вашими многочисленными требованиями, либо вы не имеете поддержки окружающих - не давите. Как и политика, воспитание - искусство возможного. Сам Наполеон учил своих полководцев: "Отдавайте только те приказы, которые будут выполнены".

Тем не менее, *постепенно убирайте приваду как нечто обязательное*, начинайте звать ребенка уже без того, чтобы наградить его чем-то вкусным. Ребенка уже пора его приучать к тому, что если мама (тем более папа) его зовут, нужно приходить просто потому, что его позвали. *Если он сразу не идет - повторили, но добились*. А теперь обратили его внимание на то, что вам пришлось его ждать, и попросили приходить, когда мама зовет. Не надо ругаться, просто скажите: "Когда мама зовет, надо приходить сразу!", - и поцелуйте! Потихоньку ваш ребенок начнет это усваивать.

**Шаг 5: Обязанности.**

*Требования - разовые, а обязанности - это система постоянных требований к ребенку.* Пришла пора приучать ребенка к тому, что у каждого члена семьи есть свои обязанности, и он должен участвовать в семейных делах наравне с мамой и папой. *Объяснив его ребенку, начинайте уверенно давать ему задания, но и здесь действуйте постепенно:* пусть вначале выберет себе обязанности по силам, пусть он делает то, что ему несложно или тем более даже немного хочется.

Это шаг, более трудный для мам, чем для ребенка. Мамам очень хочется сделать все самим и не напрягать ребенка. Позаботьтесь о том, чтобы у ребенка всегда были дела, которые ему нужно делать по Вашей просьбе. У ребенка не должно затухать понимание, что у него есть задания, и он это делать должен. Убрать за собой постель, унести за собой чашку, помыть посуду, сбегать в магазин - скорее всего, Вам все это проще и дешевле сделать самостоятельно, но Вы - воспитатели, поэтому Ваша задача удержать себя, *не делать это самим и каждый раз поручать это ребенку.*

**Шаг 6: Самостоятельность.**

Когда ребенок уже знает, что такое обязанности, приходит пора приучать его к самостоятельности*.* [*Умение подчиняться - основа умной самостоятельности*](http://www.psychologos.ru/articles/view/umenie_podchinyatsya_-_osnova_umnoy_samostoyatelnosti). Самостоятельность послушного ребенка в том, что вы можете уже давать ему трудные задания в уверенности, что он их вполне самостоятельно выполнит.

Это уже не просто "Сходи в магазин" или "Отнеси посуду в раковину", а "Собери все вещи, которые будут тебе нужны в походе", "Бабушке нужно помочь на даче вскопать огород", "Заболел зуб? Позвони в поликлинику, сходи и вылечи зубы".

Как обычно, не все будет складываться сразу, вначале ребенок будет нуждаться в Ваших подсказках, помощи и поддержки, но *чем чаще он начнет успешно справляться с трудными поручениями, тем быстрее у него проснется вкус к самостоятельности*. Итак, двигайтесь от простого к сложному, от подсказок плотных, частых и конкретных к подсказкам редким и общего плана, и таким образом, постепенно переходите ко все более трудным и самостоятельным заданиям, в основном на самом позитивном фоне, [с мелкими нерегулярными подкреплениями и редкими крупными](http://www.psychologos.ru/articles/view/pravila_podkrepleniya).

**Шаг 7. Ответственность**

Ну вот, остался последний шаг: ответственность. Женщины не очень любят слово "ответственность", им ближе "заботливость", однако между этими словами есть разница: заботливый человек платит только стараниями и душой, а ответственный за свои ошибки платит реально. Если Вы поручаете ребенку ответственное дело, за это в случае невыполнения придется расплачиваться или ребенку, или Вам. Но дети растут, приходит пора знакомить их с ответственностью, и вы теперь поручаете ребенку не просто дела, а ответственные дела: те, за которые нужно отвечать перед другими людьми или расплачиваться за ошибки.

Вы поручили ребенку расставить на столе дорогой сервис. Или - положить деньги в банк. Или - привести маленькую сестренку из садика... Не разобьет? Не потеряет? Не забудет?

Берясь за ответственное дело, ребенок уже знает цену ошибки, и относится к поручению ответственно: все продумает, запомнит, проследит и проверит, а по итогам Вам обязательно доложит.

Когда ребенок научится уже и этому, вы можете гордиться - перед вами уже взрослый человек. Вы - воспитали взрослого, ответственного человека! Помните, а начиналось все с тихих, аккуратных пристроек к совершенно непослушному ребенку?