**Как похвалить ребенка**

1. Будьте умеренны, хваля ребенка. Похвала ребенку - один из наиболее действенных педагогических инструментов для достижения хорошей дисциплины, который могут использовать родители в его первые годы жизни. Если ребенка хвалят слишком мало, у него может сложиться заниженная самооценка, и ему будет труднее научиться различать хорошее и плохое. С другой стороны, если ребенка хвалят слишком много, у него вырабатывается своего рода «зависимость» от этого, постоянное ожидание похвалы, и ему необходимо всегда ощущать внимание других, чтобы чувствовать себя адекватно. А все это способствует задержке развития у ребенка собственного внутреннего умения оценивать себя. Разумная похвала идет рука об руку с разумными ожиданиями, которые большинство детей оправдывают.

2. Хвалите за что-то конкретное, а не «вообще». «Мне нравится, как аккуратно ты положила носочки в шкаф», а не «Хорошая девочка!».

3. Хвалите усилия, а не то, как получилось. Дети, которых хвалят за конкретное усилие сделать что-то, скорее всего, повторят его. «Спасибо, что ты так постарался и вытер краску со стола». Факт, что краска не счищена полностью, не упоминается. Заметьте, что, если в вышеприведенную фразу Вы добавили бы «но...», весь ее позитивный эффект был бы утрачен: «Спасибо, что ты вытер краску со стола, но в углах осталось немного». Однако Вы можете после похвалы ребенка за его усилия сделать паузу, а потом добавить: «А в углах так трудно оттереть, давай попробуем вместе».

4. Избегайте использовать в похвалах слова в превосходной степени, как, например: «лучший», «самый умный». Хотя эти слова и позитивные, если их повторять часто, они начинают восприниматься ребенком как некоторое давление с вашей стороны, поскольку он пытается жить, соответствуя вашим чрезмерным ожиданиям его «совершенства». Некоторым родителям кажется, что такие слова способствуют выработке у ребенка высокой самооценки, на самом же деле, часто получается наоборот. Ребенок, которому постоянно говорят, что он самый хороший, часто считает, что от него постоянно ожидают, что он таким - самым хорошим - и будет... а это, согласитесь, непосильная ноша.

5. Хвалите словами, которые Ваш ребенок понимает: «помощник», «добрый», «правдивый». Например: «Мне нравится, что ты честный и признался, как был разбит сервиз». Таким образом родитель учит ребенка тому, «что такое хорошо» и «что такое плохо», не давя на него и не критикуя.