

А мы продолжаем мотивировать детей! И вашему вниманию следующая подборка секретов мотивации.

## СЕКРЕТ № 6. Твой номер 16!

👉 Какое место в иерархии вашей семьи занимает ребёнок?

Многие родители говорят: номер один. Во-первых, это неправда, поскольку первый – значит главный, нужно что-то делать, вести за собой остальных, а если ребёнок в семье главный, то какова роль родителей?



☀ Во-вторых, дети от этого зазнаются и не знают, что им делать, а самое главное – расти как личности ребёнку некуда. И энергии на свои новые планы и дела нет, потому что ребёнок старается изо всех сил сохранить позиции, которые ему, по сути, не принадлежат.

☀ Задача родителей – верно, определить иерархию в семейной системе: номер один – тот из взрослых, кто решает главные вопросы, зарабатывает деньги, принимает самые ответственные решения, касающиеся жизни всей семьи.

☀ А ребёнку присвойте номер третий, четвёртый, пятый или первый с конца... в зависимости от количества членов семьи (кошек и хомячков, если они живут у вас, считайте тоже).

☀ Затем проговорите, что конкретно ребёнок может делать в семье, будучи номером пятым или шестнадцатым, за что нести ответственность: поливать цветы или готовить ужин, воспитывать щенка или помогать брату с уборкой квартиры.

☀ Когда ребёнок станет №1? Правильно, когда у него будет своя семья, квартира, работа, за которых он будет отвечать. Потому что номер один – это не только главный, это ещё и ответственный.

## СЕКРЕТ №7. Линия жизни

Попросите ребёнка нарисовать линию на листе бумаги. Затем обозначьте на линии сегодняшний момент и три важных момента в жизни ребёнка до этого. Поговорите о каждом из вспомнившихся сыну или дочери моменте прошлого.

👉 Например, ребёнок вспомнил, как он пошёл в детский сад или как научился плавать, или как в его жизни появилась собака. Спросите, как ребёнку удалось эти моменты получить. Не соглашайтесь с утверждениями «это ты меня в сад отдала», «тётя подарила щенка», «тренер научил плавать».

👉 Проговорите, какие качества ребёнка помогли свершению перечисленных ситуаций: «ты совсем не боялся нырять», «ты был готов вставать рано утром и гулять с собакой вместе со мной», «ты умел есть ложкой и играть с другими



детьми».

✎ Дальше рисуем будущее. Задав вопрос, кем ты мечтаешь быть в жизни, обозначаем на линии точку, когда ребёнок станет президентом, гонщиком, водолазом, банкиром, смотрителем зоопарка, стилистом и так далее. Не спорьте с ребёнком, просто отметьте вместе точку на «линии жизни».

✎ Затем три важных события, которые должны произойти, чтобы ребёнок стал тем, кем мечтает. Например, первым из таких событий вы обозначили получение образования. Спросите, какие три шага нужно сделать, чтобы пройти путь от сегодняшнего дня до момента, когда ребёнок получит образование. И снова нарисуйте эти шаги на бумаге.

✎ Линия жизни позволяет обозначить конкретные задачи и показывает определенные отрезки времени, внутри которых происходит много важных событий, благодаря чему возникает ощущение насыщенности жизни.

👉 Важно не подвергать сомнению планы ребёнка, а говорить о шагах для их выполнения. Попробуйте выполнить такое упражнение.

### **СЕКРЕТ №8. С головой в последствия.**

🔔 Подумайте, как часто вы, стараетесь исправить «ошибки» ребёнка, жалеете его, чтобы у вашего чада было «счастливое детство»? Опыт показывает, что часто. Слишком часто.

😞 В комнате ребёнка, на его столе или в шкафу, такой беспорядок (впрочем, давайте называть вещи своими именами – бардак!), что найти красную машинку, тетрадь по математике, любимую футболку становится невозможно.

😞 Это ужасно раздражает, хочется срочно сделать уборку, всё разобрать, разложить по полочкам, показать, как должно быть. Стоп! Оставьте всё, как есть. Позвольте пойти в школу без тетрадки, если нельзя её отыскать.

Ребёнку необходимо почувствовать последствия ситуации самостоятельно.

🔔 Ничто так не мотивирует детей, как большие проблемы, которые возникают из-за его действий (бездействия).

🔊 Задача родителей – позволить детям с головой погрузиться в последствия.

Будьте готовы принять грусть, слёзы, гнев и... обязательно поддержать, когда ребёнок начнёт меняться.

😞 Страшно? Готовы отпустить в школу с невыученными уроками, без спортивной формы?

### **СЕКРЕТ №9. Понятные границы.**

🏠 Все, кто имеет опыт проживания в съёмной квартире, согласятся с тем, что с мотивацией на свершение великих дел на чужой территории как-то не очень. И не только потому, что чужое, а скорее потому, что нет определенности: сегодня здесь, а через неделю хозяева попросят съехать.

🏠 Так и ребёнку жизненно необходимы чёткие границы: вот здесь решаю я, а на твоём письменном столе (в твоей комнате) – хозяин ты. Обладая своей собственной территорией, ребёнок проявляет мотивацию, решает, что и как он будет делать.

🏠 Конкретность границ это не только территория в буквальном смысле слова, а ещё и определённая деятельность, за которую ребёнок отвечает и принимает решения.

Например, «Вечер пятницы – время, когда ты решаешь, как мы проведём вечер или что едим на ужин. В остальные дни я планирую, что в нашей семье на завтрак, обед и ужин», «Завтра у нас уборка: я навожу порядок на большой лоджии, ты разбираешь свой стеллаж в комнате», «Учёба – это твоя территория, ты здесь главный, я могу только помогать по твоей просьбе» и так далее.

Важно не нарушать установленные границы: даже из лучших побуждений не контролируйте деятельность ребёнка, за которую отвечает он: «Это действительно всё, что было задано по математике? Давай я позвоню учительнице и уточню».

Не складывайте свои зарядки от телефона, книги, блокноты и прочие вещи на столе ребёнка без разрешения. Понятные границы дают уверенность и возможность действовать. Определите и соблюдайте!

