

1. ПЕРЕСТАНЬТЕ ПРОИЗНОСИТЬ ИМЯ РЕБЕНКА ПО ЛЮБОМУ ПОВОДУ

Многие родители называют ребенка по имени много раз за день, чтобы обратить на себя его внимание, о чем-то попросить, получить ответную реакцию, выразить свои чувства к нему. Но то, что произносится слишком часто, утрачивает значение, перестает иметь силу. Попробуйте сократить количество обращений по имени, чтобы вернуть имени его эксклюзивность и ценность.

2. КОНТРОЛИРУЙТЕ СИТУАЦИИ, В КОТОРЫХ ВЫ ЗОВЕТЕ РЕБЕНКА ПО ИМЕНИ

Чаще всего ребенка называют по имени, чтобы попросить о чем-то или что-то ему запретить. Таким образом, обращение начинает ассоциироваться у малыша с требованиями и некомфортными для него ситуациями. С точки зрения ребенка за его именем чаще всего следует что-то неприятное: критика, запрет, понукание, негативная эмоциональная реакция. Нужно разорвать эту причинно-следственную цепочку.

3. ОБЪЕДИНЯЙТЕ ИМЯ РЕБЕНКА С ПОЗИТИВНЫМИ СТИМУЛАМИ

Объединяйте имя ребенка с приятными вещами, не объединяйте его с требованиями или отказом. Произносите его имя, когда он в хорошем настроении и вовлечен в общение. Используйте подкрепления. Например, когда ребенок играет, вы можете мягко прикоснуться к его плечу, произнести его имя, а после дать ему подкрепление. Это может быть его любимое печенье, или планшет. Запомните эту последовательность: постучать по плечу, произнести имя, дать подкрепление.

4. ПРАКТИКУЙТЕ ЭТОТ РИТУАЛ В ТЕЧЕНИЕ ВСЕГО ДНЯ, СОПРОВОЖДАЯ ЕГО ПООЩРЕНИЕМ

Называйте ребенка по имени каждый раз, когда вы предоставляете ему поощрение. Например, ребенок просит покачать его на качелях. Начните раскачивать качели и при этом говорите: «Миша качается, Миша любит качаться». Или другая ситуация: вы даете ребенку любимую игру. Прокомментируйте это действие: «Какая у Миши интересная игра». Повторяйте этот ритуал до 10 раз в день, отмечая количество успешных коммуникаций.

5. НЕ ЖДИТЕ ОТ РЕБЕНКА МГНОВЕННОЙ ОТВЕТНОЙ РЕАКЦИИ

Достаточно того, чтобы ребенок поднял голову и посмотрел на вас. Не нужно, чтобы он поворачивался к вам всем телом. Подождите отклика несколько секунд (до 20), прежде чем переходить к следующей реплике, иногда ребенок реагирует не сразу, а с задержкой.

6. СОЧИНЯЙТЕ ДЛЯ РЕБЕНКА ПЕСЕНКИ ИЛИ СТИШКИ С ЕГО ИМЕНЕМ

Потешные песенки и стишки с небольшим сюжетом, где фигурирует обращение к ребенку, — отличный способ вызвать у него хорошие ассоциации с его именем. Если рифма будет падать именно на имя, такая ассоциация быстрее ему запомнится. Также имя можно использовать в колыбельных и других повседневных ритуалах, которые ценит ребенок.

7. ИСПОЛЬЗУЙТЕ ВИЗУАЛЬНУЮ ПОДДЕРЖКУ С УЧАСТИЕМ ИМЕНИ РЕБЕНКА

Распечатайте стикеры с его именем и наклейте их на его любимые вещи: шкафчик для одежды, рюкзак, кружку и т. д. Сделайте вместе с ним плакат-ромашку с его именем в центре, написанным крупным шрифтом, на нем вы можете нарисовать или написать его любимые занятия. «Миша (центр ромашки) любит (лепестки ромашки): играть в футбол, пингвинов, молоко с хлопьями» и т. д.

8. ПОСТЕПЕННО УВЕЛИЧИВАЙТЕ ДИСТАНЦИЮ

Постепенно увеличивайте расстояние, с которого вы зовете ребенка. Уменьшайте громкость голоса. Это научит его отзываться на имя в естественной ситуации.

9. ПРИ ДОСТИЖЕНИИ УСПЕХА СОКРАЩАЙТЕ КОЛИЧЕСТВО ПООЩРЕНИЙ

Очень постепенно переходите к тому, чтобы поощрять ребенка за отклик на имя не каждый раз, а время от времени. Например, давайте ему что-то вкусное только каждый третий или второй раз, когда ребенок отзывается на имя.