

## **Выговор дает хороший результат если:**

Я заранее сообщаю своим детям, что собираюсь делать им выговор, когда их поведение представляется мне неприемлемым, и призываю их поступать точно так же по отношению ко мне.

### Первая половина выговора:

1. Я делаю выговор как можно *скорее*.
2. Я *конкретно* сообщаю, что именно неприемлемо для меня
3. Я сообщаю, причём совершенно недвусмысленно, только то, какие *чувства* испытываю по поводу их поступка.
4. Потом я молчу в течение нескольких секунд, чтобы дать им возможность *прочувствовать* моё неудовольствие.

### Вторая половина выговора

1. Затем я успокаиваюсь и *прикасаюсь* к своим детям, чтобы они поняли, что я на их стороне.
2. Я напоминаю своим детям, что считаю каждого из них ценной и достойной личностью.
3. Я просто говорю им, что хотя их недавнее поведение мне решительно не нравится, сами *они мне нравятся*.
4. Я сигнализирую об окончании Одноминутного Выговора тем, что обнимаю своего ребёнка и говорю ему: «Я люблю тебя!» И я, и мои дети знаем, что когда выговор закончен, то он действительно закончен!
5. Я понимаю, что, хотя от меня может потребоваться только минута, чтобы с любовью сделать выговор, польза от него может сохраняться на протяжении всей их *последующей жизни*.

Материал подготовлен Дайнеко Т.Б., социальным педагогом  
ГООУ «Центр психолого-медико-социального сопровождения»