

Как правильно хвалить ребенка

Наказание и поощрение — два основных инструмента, с помощью которых родители могут влиять на поведение ребенка. При этом наказывать хорошие родители не любят и делают это неохотно. А вот хвалить ребенка, казалось бы, легко и приятно. Но выбрать форму похвалы и использовать ее так, чтобы она принесла пользу, не так-то просто. За что и как хвалить ребенка и почему это важно?



Любому человеку приятно услышать похвалу в свой адрес. Считается, что она стимулирует, помогает развиваться. Но поощрение — неоднозначное средство воздействия. Оно может как помогать ребенку, развивая в нем лучшие черты, так и вызывать внутренние конфликты и эмоциональное напряжение, поощрять негативные стороны личности.

Зависимость от похвалы

Может случиться так, что ребенок будет постоянно ждать одобрения окружающих и ориентироваться только на него.

Такой ребенок любой ценой старается получить похвалу, сосредоточивается на результате и постепенно перестает получать удовольствие от процесса. Похвала становится единственным стимулом, чтобы что-то делать.

Это возможно, когда взрослые постоянно оценивают деятельность ребенка: нарисовал рисунок — молодец, доел кашу — хороший мальчик, убрал игрушки — порадовал маму. Оценочная похвала может стать средством манипуляции поведением ребенка.

Возможна и другая крайность, когда родители не обращают внимания на мелкие повседневные достижения ребенка. Они воспринимают убранные игрушки, «спасибо» незнакомому человеку или вымытую после обеда тарелку как нечто само собой разумеющееся:



«Ведь именно так ведут себя воспитанные дети, что тут особенного!»

Поступок или качество, не замеченные взрослыми, перестают иметь ценность для ребенка. При этом почти в каждом детском поступке можно найти что-то хорошее. Любое, даже самое

незначительное на первый взгляд, положительное действие ребенка стоит отмечать и говорить ему об этом. Внимание со стороны родителей помогает ребенку чувствовать себя ценным, интересным для взрослых, вовлеченным в жизнь семьи.

Почему детей нужно хвалить

- Похвала формирует доверительные отношения. Получая позитивный отклик на свои действия от значимых взрослых, ребёнок понимает, что его любят, о нём заботятся, за его поступками следят и ему готовы помочь.



- Похвала дарит веру в себя. Регулярное одобрение позволяет поверить в себя и свои силы.

Ребёнок, которого часто хвалят родители, не будет реагировать на неконструктивную критику чужих людей. Он знает, что если у него что-то не получается, это нестрашно. Нужно лучше стараться и попробовать ещё. Это залог формирования здоровой самооценки.

- Похвала поддерживает мотивацию. Бывает, если нашу работу раскритиковали, то и доделывать её нет желания. Например, если ребёнок не может красиво написать буквы и его постоянно ругают за это, то у него может пропасть мотивация. И наоборот: если Вы будете выискивать те крохи, за которые можно похвалить, ребенок будет больше стараться.

Общие принципы поощрения

- Хвалите ребенка за достижения, соответствующие его возрасту. Например, в 3–5 лет можно поощрять самостоятельность, понимание потребностей другого, соблюдение базовых моральных норм. В 5–7 лет ценным будет умение владеть собой, выражать свои чувства и формулировать мысли.

- Учитывайте индивидуальные особенности ребенка. Можно отмечать проявление тех качеств, которые даются ребенку с трудом. Например, тревожного и неуверенного ребенка можно похвалить за проявление самостоятельности, а слишком активного — за сосредоточенность в течение какого-то промежутка времени.

- Никогда не сравнивайте одного ребенка с другим, а только с самим собой прежним. Оцените приложенное усилие: «Ты хорошо постарался».

- Чаще используйте описательную похвалу: «Я вижу, ты сегодня сам собрал свои игрушки. Это хорошо». Такие высказывания помогут ребенку самостоятельно сделать выводы о себе, о своих способностях.

- Похвала должна быть искренней. Фальшивое одобрение может сформировать у ребенка неадекватную самооценку.
- Избегайте преувеличений. Не стоит вместо «хорошо» говорить «идеально».
- Лучше не употреблять общие фразы «Ты молодец!», «Умница!», а конкретизировать каждую ситуацию: «Сегодня у тебя получилось отлично нарисовать домик».

Слова взрослых и выводы детей

Итак, похвала должна быть направлена на дела и поступки ребенка, а не на его личность. Нужно построить похвалу таким образом, чтобы дети сами делали положительные выводы о себе и своих способностях.

Как дети выглядят в собственных глазах

Похвала складывается из двух компонентов - наших слов и выводов детей. Наши слова должны выражать четкую положительную оценку детских поступков, намерений, помощи ребенка нам, его понимания и т.д.. Нужно облечь суждение в такую форму, чтобы ребенок почти безошибочно мог сделать из него реалистический вывод о себе самом. Вот несколько примеров, показывающих, как нужно хвалить детей:

Правильная похвала: «Твое стихотворение меня очень тронуло». Возможный вывод: «Хорошо, что я умею писать стихи». (Неправильная похвала: «Для твоего возраста это неплохие стихи».)

Правильная похвала: «Рисунок, который ты нарисовал, такой красивый!». Возможный вывод: «Я умею рисовать. (Неправильная похвала: «Ты молодец».)

Правильная похвала: «Большое спасибо, ты вымыл сегодня всю посуду!». Возможный вывод: «Я помог маме». (Неправильная похвала: «Ты сделал это лучше, чем наша мама».)

То, что ребенок скажет о себе в ответ на наши слова, позже он повторит и мысленно. Эти внутренние положительные оценки в значительной степени определяют, как ребенок будет относиться к себе и к окружающему миру.



Важно помнить о том, что для ребенка оценка его поступков близким взрослым становится показателем правильности поведения, ориентиром для моральных оценок, критерием достижений, соответствия требованиям, показателем его ценности для других, а значит, и для себя самого.

**Если не хватает слов для похвалы ребенка,
Вы можете использовать фразы из списка:**

- Ты на правильном пути.
- Это лучше, чем обычно.
- Так намного лучше.
- Ты быстро учишься.
- Еще немного терпения, и у тебя получится.
- С каждым днем у тебя получается лучше.
- У тебя получилось.
- Я знал(а), что ты справишься.
- Мои поздравления!
- Это то, что надо!
- Как здорово!
- Ты нашел интересное решение.
- Ты делаешь это красиво!
- Мне нравится ход твоих мыслей.
- Я горжусь тобой.
- Ты превзошла себя сегодня.
- Твоя работа принесла мне много радости.
- Ты настоящий мастер.