

Рекомендации для родителей

«Как правильно хвалить или критиковать ребенка»

Малышу с рождения говорят, какой он умный, красивый и хороший. Взрослые умиляются первым шагам, словам и рисункам ребёнка, хвалят за самостоятельно завязанные шнурки и до конца съеденный суп. Но когда ребёнок идёт в школу, уровень похвалы резко снижается. Родители считают школьника уже достаточно взрослым, и, так как его ведущей деятельностью становится учёба, начинают поощрять вчерашнего малыша только за хорошие отметки в дневнике.

Зачем нужна похвала?

- 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 пробовать ещё. Это залог формирования здоровой самооценки.

- Похвала поддерживает мотивацию. Бывает, если нашу работу раскритиковали, то и доделывать её нет желания. Например, если ребёнок не понимает математики и его постоянно ругают за то, что он не может правильно решить задачу, то у него может пропасть мотивация заниматься точными науками. И наоборот: если вы будете выискивать те крохи, за которые можно похвалить, подросток будет заниматься охотнее.

За что и как хвалить ребенка?

- Благодарность близка к похвале, но имеет больше форм выражения. Необязательно каждый раз говорить «спасибо» — благодарность может выражаться в улыбке или кивке головы. Главное, чтобы это было искренне.

- Не хвалите за всё подряд, а хвалите за дело. Похвала должна быть за реальные старания или результат. Фраза «Молодец, ты же всё равно старался» не будет иметь эффекта, если на самом деле ребёнок не прилагал усилия.

- Не оценивайте ребёнка: «Ты очень умный», «Молодец, ты справился лучше всех». Так он будет постоянно ждать оценки своих поступков, станет зависим от вашего мнения о нём. Лучше говорите, что чувствуете из-за его действий. Это оценит сам поступок, покажет, что вам не всё равно, вы искренне переживаете, и научит ребёнка проговаривать свои эмоции.

- После рабочего дня иногда бывает тяжело эмоционально реагировать на рассказы ребёнка. Есть соблазн просто бросить «Молодец!» и уйти отдыхать. Но это может ранить ребенка. Важно показать, что вы искренни и готовы разделить с ребёнком его радость. Если же сил нет совсем, честно скажите: «Сегодня я очень устал(а), но я правда рад(а) за тебя. Давай обсудим это событие, когда я немного отдохну».

- После похвалы ненароком может вылетать упрёк или критика: «Сегодня ты сделал хороший доклад, но почему не убрал на кухне?», «Молодец, что прибрался в комнате, а уроки почему не сделал?». Такие фразы полностью обесценивают похвалу и даже могут обидеть. Похвалили — остановитесь. Покритикуете в другой раз, когда будет причина.

Если постоянно хвалить ребенка и никогда не наказывать при неправильных действиях (а ведь абсолютно послушных детей не бывает), он будет расти с убеждением, что любой его поступок хороший, а любое действие заслуживает восхищения. Такие дети не стремятся развиваться дальше, приобретают комплекс неполноценности, связанный с непризнанием со стороны детского коллектива или педагогов.

Существуют и другие методы воспитания, когда ребенка больше ругают, чем хвалят, боясь его «испортить». Родители не прощают ребенку малейшей провинности, ругая за каждую плохую отметку или безобидный проступок. При этом успехи в учебе и хорошее поведение воспринимаются как нечто само собой разумеющееся. Что касается физических наказаний, то применять их

нельзя! Они унижают и оскорбляют ребенка, вселяют в него сомнение в вашей любви. Некоторые дети вообще не выносят подобной меры воспитания, они пугаются излишней строгости родителей, начинают сторониться и даже бояться их. Это может даже нарушить их психическое развитие.

Чем критика может быть полезна?

Критика — это разбор чего-то с целью вынести оценку. Критика бывает деструктивная и конструктивная. Первая говорит, что плохо, а вторая — как сделать лучше. Это когда вы не просто говорите ребёнку, что его сочинение плохое, а даёте советы по улучшению текста. Такая критика нужна человеку, и вот почему:

- Чтобы научиться работать над ошибками. Если ребёнок слышит только похвалу, он будет считать, что всё делает правильно и исправлять ничего не надо. Критика же помогает рассказать, что в работе хорошо, а что нужно поправить. Это мотивирует развиваться, становиться лучше и доводить дела до конца.

- Чтобы лучше понимать себя. Критика помогает разобраться в себе, узнать свои сильные и слабые стороны. Задача родителя объяснить ребёнку, что первые нужно активно использовать, а вторые — развивать.

- Для рождения идей. Конструктивная критика может подать идею для развития. В процессе разговора ребёнок может вдохновиться и найти способ исправить ошибку.

Как правильно критиковать ребенка?

- Если ребёнку постоянно повторять, что он глупый, неряшливый и другие неприятные вещи, у него даже не появится желание стараться это исправить. Зачем что-то делать, когда взрослые уже навесили на тебя «ярлык»? Лучше оцените старания ребёнка или результат его работы. Например, скажите «Я видел(а), как долго ты готовился к этой контрольной. Я горжусь тобой!».

- Если ребёнок забыл сделать простое задание, которое вы ему дали, вежливо скажите, что расстроились и надеетесь, что завтра он его сделает. Этого будет достаточно. А ещё этим вы научите чувствовать разницу между катастрофой и неприятностью.

- У детей не всегда всё получается с первого раза, а иногда они просто боятся что-то сделать. Вместо того, чтобы сорваться на него со словами «Не маленький уже, сам сделаешь», уделите время и научите ребёнка, помогите преодолеть ступор перед незнакомой задачей. Детям крайне важна помощь и ободрение значимых для них взрослых.

- Если ребенок совершил неправильный поступок, сядьте рядом с ним и обсудите причины его поведения. Затем попытайтесь, тоже вместе, найти пути выхода из создавшейся ситуации.

- Не повторяйте свои требования слишком часто, не говорите долго и громко. Дети привыкают к нудным нотациям родителей, переставая со временем воспринимать их. Поэтому выскажите свой запрет четко и коротко.

- Обращаясь к ребенку, не высказывайте претензий к нему, как личности, а осуждайте только его поступок. В этом вам помогут местоимения первого лица. Таким образом, вы дадите понять ребёнку, что он неправ, при этом сообщите ему, что вы по-прежнему его любите и верите в него. То есть личность ребёнка не пострадает.

Как и когда применять наказания?

1. Ребенок должен заранее знать, за какой поступок его ожидает наказание, чтобы оно не удивляло его и не вызывало протест. Тогда он выбирает сам: вести себя соответствующим образом и быть наказанным или отказаться от нехорошей затеи.

2. Нельзя обещать и не выполнять или откладывать наказание. Тогда ребенок будет думать, что и в следующий раз его действия сойдут ему с рук. Это не воспитает в нем правильного отношения к поступкам.

3. Запрещая ребёнку что-либо делать, родители должны объяснить и справедливость своего запрета и предложить альтернативный вариант поведения.

4. Если вы запрещаете ребёнку что-то, то не делайте этого сами.

5. Наказывая ребёнка, не сомневайтесь в том, что он заслужил это наказание, то есть совершил плохой поступок. Если малыш просто попал под горячую руку, и вы пытаетесь свалить вину за свое плохое настроение на него, а потом раскaiваетесь в содеянном, это подорвет ваш авторитет.

6. Наказывая ребенка, проявляйте к нему сочувствие, убедив его в своей любви к нему. Например: «Мне жаль, что ты сегодня не сможешь посмотреть телевизор, но это наказание, которое ты заслужил, и я уверена, что оно пойдет тебе на пользу».

Педагог-психолог МБОУ ЦО №31 г. Тулы, Обухова М.Ю.