



Консультация для родителей

КАК ПРАВИЛЬНО ХВАЛИТЬ РЕБЁНКА

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 нас стимулирует, помогает развиваться, двигаться дальше. Но когда речь идет о детях, специалисты полагают, что 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.

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

Такое развитие событий 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.

Похвала с точки зрения теории жизненных установок

Психолог Кэрол Дуэк на основе ряда исследований описала систему внутренних убеждений, влияющих на поведение и способы достижения целей. По ее мнению, и у детей, и у взрослых бывают установки двух видов: установка на данность и установка на рост. Тип нашей установки во многом определяет жизненный путь: к чему человек стремится, видит ли смысл в усилиях, как оценивает успех и неудачу.

Установка на данность, или фиксированное сознание

Для человека с фиксированным сознанием успех в первую очередь зависит от ума и других качеств и способностей, которые заложены в нас от рождения. Сложные задачи пугают, критика воспринимается очень болезненно, неудача расценивается как полный провал.

Исследователи считают, что восхищение умом ребенка может навести его на мысль о том, будто ум — некое постоянное свойство, которое он не может контролировать. Это может помешать ему браться за новые задачи из страха не соответствовать своим же прошлым достижениям.

Установка на рост и развитие, или гибкое сознание

Носители гибкого сознания верят, что желаемые качества можно развить. Успех в этом случае — это результат целенаправленных усилий и упорной практики. Человек с установкой на рост ориентирован на обучение и самосовершенствование, он стремится решать трудные задачи, восприимчив к критике и расценивает неудачи как ценный опыт и возможность достичь успеха в будущем.

Приобретение и развитие определенного типа жизненной установки у ребенка во многом зависит от того, какую похвалу он получал в детстве от окружающих людей: родителей, воспитателей, учителей.

Для укрепления установки на рост, которая способствует развитию таланта, необходимо хвалить ребенка не за его способности, которыми он обязан генам и среде, а за приложенные усилия.

Иными словами, Кэрол Дуэк призывает хвалить с умом — то есть не оценивать интеллект или талант. По ее мнению, нужно поощрять вовлеченность детей в процесс: их усилия, подход, концентрацию, упорство, изменения к лучшему. Такая похвала формирует стойкость и гибкость. Если у ребенка что-то не получается, замечания следует высказывать в конструктивном ключе, чтобы он понял, как решить проблему и исправить ситуацию.

Если же хвалить ребенка за способности, это может закрепить у него установку на данность. Раз уровень способностей заложен изначально, любые усилия и критика со стороны будут вызывать у него сильное отторжение. Дети, которых хвалят за черту характера, тяжело переживают неудачи и легко теряют мотивацию. А те, кого хвалят за подход к выполнению задания, за приложенные усилия и за результат этих усилий, склонны расценивать трудности как повод для самосовершенствования.

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».

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 вам не хватает слов

В сети можно встретить много вариантов списка «99 способов сказать ребенку „Очень хорошо!“», которые возникли, видимо, как перевод с английского. Не все формулировки хорошо звучат по-русски, но некоторые вполне можно взять на вооружение.

- Ты на правильном пути.
- Это неплохо.
- 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, наверное, уже давно практикуешься.
- 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.