

КАК ХВАЛИТЬ ДЕТЕЙ: 10 ЗАПОВЕДЕЙ СОВРЕМЕННОЙ ПСИХОЛОГИИ



«Молодец!», «Потрясающе!», «Дай пять!», «Какая красота!», эти фразы мы слышим на любой детской площадке, в школе, в детском саду. Повсюду, где есть дети. Мало кто из нас всерьез задумывался над этими словами. Мы хвалим наших детей, когда они заканчивают какое-то важное дело, мы хвалим детей, с которыми работаем, или детей из нашего окружения. Но оказывается тут все не так просто. Похвала, например, может быть манипуляцией, заставляющей ребенка делать именно то, чего хочет взрослый, похвала может снизить мотивацию и украсть ощущение победы.

И КАК ЖЕ НАМ ХВАЛИТЬ ДЕТЕЙ?

Исследования ученых показывают, что конструктивная похвала побуждает ребенка работать больше, учиться, исследовать мир и позволяет здраво взглянуть на собственные возможности. Кроме того, искренняя похвала, которая отражает реальные ожидания, может повысить самооценку ребенка.

А теперь несколько практических советов о том, как хвалить детей.

1. Описывайте поведение и усилия, проделанные ребенком, а не оценивайте его в общем. Фразы типа «Хорошая девочка» или «Хорошая работа» не обеспечивают ребенка конкретной информацией, которая поможет ему дальше развиваться в желаемом направлении. Вместо этого скажите, что вы видите, избегая оценочных слов. Например, «У тебя в рисунке много ярких цветов» или «Ты построил такую высокую башню». Даже простое «Ты это сделал!» обеспечивает ребенку знание о том, что вы заметили его усилия, но при этом вы не выставляете ему отметок.

2. Ученые считают, что любое позитивное внимание к желаемому поведению дает весьма неплохой эффект. Поощрительные описания типа «я видел, как долго ты собирал этот пазл» или «Ого! Ты дал брату поиграть своей новой игрушкой» говорят ребенку о том, что родители ценят его усилия, попытки наладить общение и взаимопонимание. Многое зависит от тона, каким это сказано.

3. Избегайте хвалить ребенка за то, что не стоило ему никаких усилий или за решение задач, в которых в принципе невозможно допустить ошибку. Это не значит, что нужно говорить «Ну, с этим и любой справится!», просто не хвалите, потому что это может побудить ребенка избегать трудных заданий.

4. Будьте осторожны, когда хотите похвалить ребенка, который только что пережил неудачу или допустил ошибку. Похвалы типа «Отлично. Ты сделал все, что мог», часто воспринимаются как жалость. Такое поощрение может укрепить веру ребенка в то, что он допустил ошибку из-за своих ограниченных возможностей или интеллекта (и тут делу не поможешь), а не из-за недостаточных усилий (а тут вполне есть над чем работать). В то же

время сказать ребенку «Старайся лучше!» не означает дать ему конкретную информацию, как же именно стараться. Лучше прибегнуть к конструктивной похвале и конкретно указать, что же именно удалось ребенку в этот раз. Например, «Ты упустил мяч, но в этот раз ты его почти поймал».

5. Похвала должна быть честной. Она действительно должна отражать реальные усилия ребенка по достижению цели. Нет смысла говорить «Я знаю, ты старался», если он неделю перед контрольной бил баклуши. Завышенная похвала обесценивает поощрения в принципе.

6. Смотрите, подходит ли ребенку то, чем он занимается. Да, конечно, поощрение должно поддерживать и стимулировать интерес ребенка к желательной активности. Но если вам приходится непрерывно в огромных дозах хвалить и поощрять, чтобы поддержать интерес ребенка к этой деятельности, подумайте, подходит ли она ему. Пожалуй, речь не идет о тех видах деятельности, которые вы считаете обязательными для жизни и развития ребенка. Но если их слишком много (или слишком мало), пересматривайте иногда список.

7. Не обесценивайте похвалы. Похвала вполне может войти в привычку. Если ребенок реально вовлечен в какое-то дело и ему вполне достаточно собственной мотивации, похвала тут совершенно лишняя. Все равно как вы будете сидеть напротив и умильно говорить «Ну как же ты прекрасно ешь шоколад!».

8. Думайте о том, чего хотел достичь сам ребенок. Старайтесь понять ребенка и помочь ему выразить то, что он пытается выразить. Это будет для него лучшей похвалой.

9. Избегайте хвалить ребенка за какие-то и так присущие ему качества – красоту, острый ум, умение быстро находить контакт с людьми.

