

Учитесь хвалить своих детей

Оказывается, хвалить своих детей надо научиться!

Вот бывало у вас такое:

«Говорю дочери, что она умная, а она отвечает: «Лиза умнее». Я говорю, что она красивая, а она: «Я толстая». Я говорю, что она – замечательная старшая сестра и одаренный художник, а она пинает младшего и говорит, что не умеет рисовать. Порой мне кажется, что она стремится доказать, что я неправа.

С сыном еще хуже. Он бросал мяч в баскетбольную корзину и наконец попал. Я закричала: «Отлично! Ты – настоящий баскетболист!». Он бросил мяч и ушел в дом. Не понимаю. Каждый раз, когда я пытаюсь похвалить своих детей, мои слова оказывают противоположное действие.»

Этот пример хорошо иллюстрирует проблему ГЛОБАЛЬНОЙ ПОХВАЛЫ, связанной с оценкой детей. Такие слова, как «умный», «красивый» и «прекрасный», не только заставляют их сосредоточиваться на собственных недостатках, но еще и подталкивают их к прекращению попыток. Если я уже прекрасный, зачем рисковать – ведь в следующий раз может и не получиться!

Значит ли это, что нужно перестать хвалить детей?

Это значит, что если мы хотим помочь детям поверить в себя и продолжить старания, то нам НУЖНО ИЗБЕГАТЬ ОЦЕНОК. Забудьте такие слова, как «хороший», «отличный», «фантастический», «лучший». Научитесь просто описывать. Вы можете описать то, что видите или чувствуете.

ОПИШИТЕ ТО, ЧТО ВИДИТЕ:

- «Ты стойко боролся с этой проблемой, пока не нашел решения!»
- «Ты все-таки сделал этот бросок! Мяч попал точно в корзину!»
- «Хотя у тебя были собственные дела, ты помог сестре сделать домашнее задание».

ОПИШИТЕ СВОИ ЧУВСТВА:

- «Мне нравится твоя картина “Закат на море”. Она создает ощущение счастья и покоя».
- «Каждый раз, когда я вспоминаю твою шутку, не могу удержаться от смеха».

Описание того, что мы видим или чувствуем, оказывает почти магическое действие. Мы не только подтверждаем ценность усилий ребенка, но еще и помогаем ему поверить в себя. Мы мотивируем его к дальнейшим усилиям.

Внутренний посыл такого описания очень отчетлив: «Я не сдался, пока не решил проблему...», «Чем больше я тренируюсь, тем лучше получается!..», «Я могу быть добрым даже в сложных обстоятельствах...», «Я умею шутить...», «Я нарисовал отличный пейзаж...».

Описание – отличное средство для воспитания уверенных в себе и ответственных детей. А вот еще один вариант полезной похвалы.

СУММИРУЙТЕ ТО, ЧТО ВИДИТЕ, В СЛОВАХ:

- «Ты репетировал, пока не выучил все до последней ноты. Это я называю упорством».
- «Я вижу, что ты оставил последний кусок торта для твоей сестры. Вот это сила воли!»
- «Ты сгреб все листья и собрал их в мешок. И я тебя даже не просила! Вот это я называю ответственностью!»

А ЕСЛИ ХВАЛИТЬ НЕ ЗА ЧТО? Представьте, что школьный автобус вот-вот подъедет, а ваша дочка еще не одета... Или ребенок жалуется, что учитель слишком много задает и успеть все сделать просто невозможно.

Бывают моменты, когда нам страшно хочется высказать детям все, что мы о них думаем:

- «Почему ты так медленно одеваешься? Посмотри на себя! Ты еще не обулась! Так ты никогда не успеешь на автобус!»
- «Если бы ты сел за уроки, когда я тебе сказала, а не играл в дурацкие видеоигры, то все успел

бы. Ты вечно ищешь оправданий собственной лени!»

Но поддаваться соблазну не следует. НУЖНО ОПИСАТЬ РЕБЕНКУ ТО, ЧЕГО ОН ДОСТИГ, ДАЖЕ ЕСЛИ ЭТИ ДОСТИЖЕНИЯ НЕЗНАЧИТЕЛЬНЫ.

- «Ты оделась, позавтракала и почистила зубы. Теперь тебе осталось лишь найти туфли и носки. И ты готова!»
- «Давай-ка посмотрим... десять упражнений на сложение и вычитание дробей. Это утомительно. Но я вижу, что ты уже решил два первых примера. Похоже, ты на верном пути».

Отмечая достигнутый прогресс (пусть даже малый), мы вселяем в детей уверенность и желание продолжать старания.

Но, допустим, хвалить ребенка не за что. И предположим, что у вас – один из тех сверхчувствительных детей, которые расстраиваются до смерти, понимая, что сделали что-то не так.

Помогите ребенку понять, что ЕГО ОШИБКА МОЖЕТ СТАТЬ ОЧЕНЬ ВАЖНЫМ ОТКРЫТИЕМ. Одна мама рассказала о том, как ее трехлетний сын, разговаривая с ней, тряс чашку с соком. Неожиданно крышка с чашки слетела, и сок пролился на рубашку мальчика и на пол. Мальчик начал истерически рыдать.

– Миша, – торжественно произнесла мать, – ты сделал открытие!

Мальчик перестал плакать и удивленно на нее посмотрел.

Очень размеренно мать сказала:

– Ты только что обнаружил, что, когда ты трясешь закрытую чашку, крышка может слететь, и тогда сок расплескается!

На следующей неделе в дом приехала бабушка. Она положила свою сумочку и очки на кухонную стойку. Через минуту она потянулась за сумочкой и уронила очки. Бабушка воскликнула:

– О нет!

Миша потянул ее за кофту и очень торжественно произнес:

– Бабушка, ты только что сделала открытие!

– Открытие? – удивилась она, поднимая очки.

– Ты открыла, что, если положить очки на край стойки, они могут упасть!

– Надо же! – восхищенно сказала бабушка. – Я это запомню!

Адель Фабер и Элейн Мазлиш,

«Идеальные родители за 60 минут. Экспресс-курс от мировых экспертов по воспитанию»: