

Хвалим ребенка правильно



Воспитание детей — сложная работа. Некоторые родители считают, что правильная тактика — это критика, чтобы у малыша был стимул стать лучше. Но психологи рекомендуют поощрять своего ребенка. В статье расскажем, как помочь крохе разобраться в своих сильных и слабых сторонах, как хвалить ребенка правильно, за что можно хвалить ребенка, что будет, если малыш не будет получать одобрения.

Почему важно хвалить ребенка

Похвала ребенка, произнесенная вовремя — лучший способ донести до него, что всё в порядке. Так он понимает, правильно ли сделал. Например, он размазывает краски для рисования по мебели. Конечно, отругать его — самый простой, доступный способ, который сразу приходит в голову. Но так кроха не поймет, как же правильно. Поэтому нужно ему показать, как нужно рисовать, на чём (альбом, ватман). Когда он в следующий раз будет рисовать по правилам — вы выражаете свое одобрение. Так, раз за разом, дочка или сын запомнят, как следует себя вести.

Также в результате похвалы ребенок получает положительные эмоции, [повышается его самооценка, он начинает верить в себя](#). Ошибки воспринимает не как катастрофу, а как неизбежный этап развития. В дальнейшей жизни эта позиция сильно поможет: когда он будет сталкиваться с осуждением, грубостью со стороны окружающих, то не станет принимать это близко к сердцу, беспокоиться о мнении других людей. А когда еще раз ошибется — не опустит руки, а будет делать новые попытки, с учетом своего опыта, добьется успеха.

Одобрение, позитивный настрой со стороны мамы или папы являются основой доверительных отношений. Многие [зарубежные и отечественные психологи](#) считают положительное влияние одобрения, внимания со стороны взрослых на развитие личности, интеллект.

Напротив, недостаток похвалы ребенка создает предпосылки для формирования заниженной самооценки, неуверенности в себе. Такие детки тихие, чувствуют себя лишними в коллективе, боятся выразить свое мнение, предпочитают проводить время в одиночестве. Иногда над ними насмехаются, что усугубляет ситуацию. В будущем это может привести к серьезным психологическим проблемам.

У них нет стимула стараться делать что-либо лучше: поступок, не замеченный взрослым, со временем исчезает из поведения (убирал одежду в шкаф — перестал это делать).

Можно ли часто хвалить ребенка

В вопросах воспитания стоит соблюдать меру. Как отсутствие поддержки, добрых слов, так и их избыток могут привести к негативным последствиям. Если хвалить ребенка постоянно, без меры, он станет зависимым от одобрения. Его цель, когда он что-то делает — заслужить слова поощрения. При этом он не задумывается, нравится ли ему это занятие или нет, приносит удовольствие или является «повинностью». Просто выполняет то, из-за чего ему рукоплещут.

Вторая причина, почему нужно дозировать хвалебные оды — сын или дочь перестают критически относиться к себе. Они незаслуженно считают себя лучше других, не приемлют никакого осуждения, не признают ошибок, не стремятся стать лучше. У таких ребят в будущем также возможны психологические проблемы: их не любят за заносчивость, избегают дружбы, общения, совместных игр.

Как правильно хвалить ребенка

Так, мы разобрались, что похвала ребенка должна быть умеренной. А какой конкретно она должна быть?

1. По рекомендациям психологов, слова одобрения должны быть конкретными, относиться к действиям детей, а не к личности. Так они поймут, что сделали правильно или неправильно. К примеру, малыш нарисовал кошку. Оцените его старания, перечислите детали, которые, по вашему мнению, получились особенно хорошо (красивые глаза, ушки, как настоящие). Не говорите «золотые руки», «настоящий художник». Можно также сказать, что он справился со сложной задачей: «Это непросто — слепить фигуру животного. Но ты справился!».
2. Избегайте сравнения с другими ребятами: как в положительном ключе (ваш сын или дочка сделали фигурку из пластилина лучше, чем их друг), так и в отрицательном (одноклассник принес больше «пятерок»). Таким сравнения неизбежно приведут к чувству превосходства или неполноценности. Если сравниваете, то учитывайте только действия малыша. «За год ты научился быстро читать»
3. Не останавливайтесь на сухих словах одобрения, обязательно обнимите его в этот момент, поцелуйте. Тактильный контакт необходим для вашего крохи. Кроме того, они показывают вашу искренность.
4. Акцентируйте внимание на тех достижениях, для которых дитя приложил усилия. Например, после игр он впервые убрал свою игрушку — это заслуживает одобрения. Но через неделю, две это потеряет всякий смысл — кроха будет думать, что достаточно убрать игрушку, больше ничего делать

не нужно, всё равно похвалят. Постепенно усложняйте задачи с учетом его возраста.

5. Учитывайте возраст. Если младшие дошкольники будут рады, когда они помогли с уборкой, сложили свою одежду, правильно почистили зубки, то для подростка такая похвала будет странной. Для старших школьников важно самостоятельно находить решение задачи, выход из ситуации — слова одобрения должны быть соответствующими. При этом обращайте внимание на качество выполнения задачи.
6. Будьте последовательны. Вы должны знать, какие качества ребенка хотите развить. Взрослые — компас для детей: у них нет пока нет собственной системы ценностей. Когда мама или папа сегодня хвалят за поступок, а через месяц — за него же и ругают, малыш теряет ориентиры, чувство стабильности, теряется. Или папа одобряет, а мама (бабушка) поощряют. Тогда возможны эмоциональные конфликты, срывы. Например, своеволие маленьких детей воспринимается как милые капризы, но со временем это качество вызывает осуждение окружающих, смущение родителей. Дитя не понимает, почему отношение взрослых поменялось.
7. Учитывайте индивидуальные особенности детей. Кроха неуверен, застенчив — хвалите за ситуации, когда он самостоятельно принимает решения, побеждает свои страхи.
8. Разделяйте похвалу с критикой. «Ты сегодня убрался в квартире, очень чисто. А почему мусор не вынес?». Такой подход обесценивает похвалу: ребенок чувствует себя несправедливо обиженным.

Как не перехвалить

По советам психологов, не стоит рукоплескать всему подряд: так чадо начнет думать, что ему незачем напрягаться, ведь он свою порцию оваций всё равно получит. К тому же, он становится зависимым от оценки со стороны. Потом, когда на него начнет сыпаться критика (а это произойдет обязательно), возникнет непонимание того, что происходит. Как так, ведь раньше всегда поощряли, я всегда прав и всегда молодец, а сейчас ругают?

Расхваливание лишает чадо мотивации что-то делать, прикладывать усилия. Одобрение он воспринимает как само собой разумеющееся.

Меры поощрения

Мамы и папы могут использовать один из видов похвалы: материальных и нематериальных.

Материальные — это подарки, сладость, книги, игрушка. Выбирайте их, учитывая вкусы дитя. Такие меры стимулируют ребят быть лучше, стремиться к успехам. Но не переусердствуйте: применяйте этот способ умеренно, чтобы не привык к подаркам, не требовал их за каждый свой хороший поступок.

Нематериальные методы поощрения более доступны, не требуют финансовых вложений. С их помощью вы выразите свою искренность. К тому же, внимание взрослых — лучшая награда для деток, сколько бы им лет не было. Какие же это способы?

1. Похвала ребенка — за поступки, действия;
2. Совместное времяпровождение, развлечение. Например, вы можете пойти в кино, кафе, покататься на велосипедах;
3. Объятия, поглаживания;
4. Снять запреты — разрешить лечь позже, посмотреть еще один мультфильм, подольше погулять. Но всегда оценивайте ситуацию реально. Если у вас младший дошкольник, возможно, к такому способу прибегать не стоит, чтобы у него не возникло диссонанса (вчера запрещали — сегодня разрешают). Старайтесь всё же придерживаться одной линии поведения — так будет проще вам и малышу;
5. Расширение прав — участие в выборе развлечений на выходных, сходить в магазин самостоятельно.

Слова поощрения

Какими словами можно хвалить ребенка? Действуйте, исходя из ситуации и особенностей чада. Но учтите, что общие фразы типа «Ты молодец», «Я тобой горжусь» — абстрактные, не несут смысловой нагрузки, они могут служить только дополнением к основной фразе. Конкретизируйте свое обращение.

Вот примеры похвалы ребенка:

- «рисунок у тебя получился очень красивым, цветок как настоящий»;
- «здорово, что ты навел порядок комнате — ты очень мне помог»;
- «буквы у тебя получаются всё лучше, почерк разборчивый»;
- «ты хорошо придумал (далее решение задачи)»;
- «отлично, что ты догадался (далее решение задачи)»;
- «вот это да — я и не думал, что так можно сделать!»;
- «ты отлично усвоил тему»;
- «ты так быстро разобрался с задачей»

Распространенные ошибки

1. Сравнение детей друг с другом — вопреки распространенному мнению, такая тактика не стимулирует деток быть лучше, а вызывает чувство неполноценности, комплексы. Даже если на первый взгляд малыш посредственный, помните: у каждого человека есть что-то, что он делает лучше всего. Найдите это хобби, развивайте его способности;
2. Критика — один из методов, который используют некоторые родители (чем больше критики — тем лучше). Согласно рекомендациям психолога, критика оказывает такое же негативное влияние, как и сравнение. Также постоянные придирки эмоционально отдаляют сына или дочь от близких;
3. Не стремитесь сделать чадо идеальным. У всех бывают ошибки, у детей в период, когда они только познают мир — их особенно много. Но это не повод отворачиваться от своего малыша, постоянно отчитывать его, принижать;
4. Акцентирование внимания на неудачах, частое напоминание о них. Так вы подрываете его веру в себя, развиваете чувство стыда;
5. Не надо обещать, что из него получится художник, писатель или скульптор. Если ваши и его ожидания не оправдаются, он будет сломлен. Сделал хороший рисунок — похвалите, но именно на этот рисунок, не более;
6. Распространенная ошибка родителей — полное отсутствие поощрений. Они не понимают, зачем хвалить детей. Считают, что это вредно для их развития. И что жесткость по отношению к малышам закаляет их характер, делает устойчивым к трудностям.

Детство — период, когда закладывается фундамент для взрослой жизни. Вклад взрослых процесс становления личности, выработки характера огромен. Если человек растет уверенным в себе, то не будет бояться трудностей, ошибок, неудач. У него больше шансов стать успешным.

Похвала ребенка — один из инструментов, который поможет родителям вырастить успешную личность, уверенного в себе и решительного человека. Используйте его грамотно, дозированно: тогда получите только пользу. Мама, папа для малыша — источник положительных эмоций, самая надежная поддержка: помните об этом. Действуйте из любви к чаду.

Хвалите его за его успехи. Вот увидите — это даст свои плоды, укрепить вашу связь, сделает вас и его счастливее!

