Как хвалить ребенка

Устная похвала является лучшим видом вознаграждения. Она не зависит от уровня материального благосостояния, а только лишь от эмоционального настроя родителей. И на самом деле она гораздо более важна для ребенка, нежели покупка игрушек, сладостей или детских развлечений.

Как мне кажется, каждый ребенок (и взрослый тоже) в глубине души хочет, чтобы его родители говорили: «Мы так гордимся тобой!» или «Я восхищаюсь тем, сколько времени ты отдаешь этой непростой работе».

Люди всех возрастов жаждут одобрения от своих родителей. Родители – самые важные люди для своих детей и воспринимаются как боги до определенного возраста. Именно они формируют самооценку дошкольника и его представление о себе.

О похвале идет много споров. В какой форме ее подавать? Должна ли она подкрепляться фактами, а не быть просто беспредметным «молодец»? Не вырастет ли ребенок избалованным от обилия похвалы?

Как и во всем, здесь нужно соблюдать баланс.

Как же словесно похвалить ребенка? Важно помнить следующее:

Похвала должна быть искренней.

Дети очень хорошо распознают ложь – по интонациям, мимике, неконтролируемым движениям родителей. А когда речь идет о них самих – важность информации повышается, следовательно, и критичность к ней. Большинству детей с, к примеру, агрессивным поведением, которых раньше почти не хвалили, трудно поверить в то, что родители говорят правду. Взгляните на ребенка более позитивно и найдите, за что его можно похвалить.

Будьте конкретны.

Ваша похвала будет восприниматься как более искренняя и сильная, если вы скажете своему ребенку, за что именно его хвалите. Это поможет ему точно знать, что он делает хорошо. Например, комментарий: «Я рада, что ты стал здороваться со старшими» помогает ребенку точно знать, как именно нужно себя вести. Это гораздо более эффективно, чем просто сказать: «Ты хорошо вел себя сегодня».

Фраза «Мне очень понравилось, что ты помог мне выбрать и купить продукты и донести их до дома» более конкретна, чем «Мне понравилось твое поведение, когда мы ходили по магазинам».

Меньше – больше.

Чтобы ребенок не заподозрил вас в неискренности, похвалите его, а затем перестаньте говорить об этом. Не обсуждайте это снова и снова.

Чем скорее, тем лучше.

Постарайтесь сразу же отреагировать на действия ребенка. Чем дольше задержка, тем ниже будет мотивация ребенка в дальнейшем. Если же прошло время после хорошего поступка, важно все равно сказать об этом. Например «Я заметила, что ты поделился игрушками с братом. Это было очень заботливо с твоей стороны».

Используйте разные слова и фразы.

Не говорите одно и то же. Чем разнообразнее будут ваши словесные награды, тем приятнее они для детей. Если вы говорите «отличная работа» каждый раз, когда ваш ребенок делает что-то хорошее, этот комплимент начнет терять смысл, поскольку воспринимается как сделанный на автопилоте.

Не сдерживайтесь.

Некоторые родители боятся, что если они будут хвалить слишком много, ребенок не будет это ценить, у него будет завышенная самооценка, неадекватное представление о себе. Однако пока вы говорите от всего сердца, отмечая хорошие поступки ребенка, это всегда благоприятно сказывается как на его самооценке, так и на эмоциональном состоянии.

Похвала может творить чудеса. Попробуйте!

Педагог-психолог Сокуренко А.А.