

"Моя дочь бывает очень лютливой и не любит помогать. Я не могу начать хвалить ее, пока ее поведение не изменится".

Для детей с трудным темпераментом и склонных к агрессии может быть трудно хвалить. Родители часто сердит на поведение, и это подрывает их желание быть позитивными.

Хотя "трудных" детей и нечасто хвалят, им это нужно даже больше, чем другим детям. Их родители необходимо все время искать положительные поступки, которые они могут уловить, пока ребенок не начнет улавливать положительное представление о самом себе.

Дайте ребенку, который плохо видит себя 90% времени, что-то делать хорошо. Эти 10% его поступков, которые являются положительными или подходящими, дают возможность использовать похвалу, чтобы воспитать в ребенке самоуважение и разорвать порочный цикл. Родителям нужно научиться видеть то положительное, что делает ребенок и хвалить это за его старания. Тогда дети, вероятно, будут повторять и увеличивать количество положительных поступков.



Несколько фраз, которые можно использовать родителям в похвале ребенку

Похвала за конкретные дела:

Ты делаешь как раз то, что так хочется маме.
Ты так хорошо слушаешься папу.

Мне нравится, когда ты тихо рисуешь.

Молодец, что собрал кубики.

Ты так хорошо сидишь, пока я занята.

Это замечательная идея.

Какой ты молодец, что быстро разделал!

Начать похвалу можно так:

Как у тебя здорово получилось...

Мама так тобой гордится, потому что ты...

Посмотри, как он хорошо...

Ой, как ты великолепно сделал...

Мне, правда, очень приятно, когда ты...

Какой ты молодец, что...

Спасибо за то....

Как ты хорошо....

Эй, ты это очень умно....

Мне нравится, когда ты...

Похвала как средство воспитания



Советы ответственным родителям

Как сделать похвалу более эффективной

Родители часто недооценивают, как важно в общении с детьми пользоваться похвалой и другими социальными поощрениями, такими как улыбки и объятия. Им кажется, что дети должны вести себя хорошо без вмешательства взрослых и что похвалу надо прибегать для каких-то особо хороших поступков или достижений. Во многих случаях родители не хвалят детей, когда они играют тихо или выполняют свои обязанности по дому без жалоб. Однако, исследования показывают, что отсутствие похвалы и внимания за хорошее поведение может привести к росту плохого поведения. Действительно, похвалу и поощрения можно использовать для руководства детьми в продвижении тех маленьких шагов, которые необходимы для освоения новых навыков, для помощи им в выработке положительного представления о себе, и для мотивации, необходимой им в выполнении трудной задачи.

Для поощрения положительного поведения ребенка нужно совсем немного времени. Простая фраза типа "Мне нравится, как ты тихо играешь - совсем как бабочка!" и ласковое объятие - вот и все, что требуется.

Будьте конкретны

Похвала очень часто неконкретна и не маркирована. Например, вы просите "хорошо сделал, молодец... хорошо, замечательно". К сожалению, эти заявления не указывают, какое конкретное поведение вы пытаетесь похвалить.

Более эффективно давать маркированную похвалу. Маркированной похвалой указывает, какое конкретно поведение вам нравится. Вместо "молодец" или "Отлично сделано" лучше сказать "Как ты хорошо сидишь" или "Мне приятно, что ты сказал 'спасибо!' или "Молодец, что убрал кубики, когда я попросил".

Проявляйте энтузиазм

Некоторые похвалы неэффективны, потому что скучны, говорят скучным тоном, без улыбки и взгляда в глаза. Те же слова повторятся вновь и вновь, ровным, немодуляционным тоном. Такая похвала не поощряет ребенка.

Воздействие похвалы может быть усилено при помощи невербальных способов передать энтузиазм. Улыбнитесь ребенку, обратитесь к нему с теплым выражением лица или потрите по плечу. Похвалу нужно говорить энергично, искренне и с любовью. Слова, небрежно брошенные через плечо, потеряны для ребенка. Одно важное предостережение: если вам трудно хвалить, и вы к этому не привыкли, вначале похвала будет звучать искусственно или скучно.



Этого следует ожидать: искренно похвалить и тем самым вызвать чувство pride, когда вы будете чаще и чаще пользоваться похвалой.

Старайтесь не добавлять к похвале неприятного

Некоторые хвалят и, не понимая этого сами, проведут похвалу своим окриком или добавлением выговора. Это даже и не самое вредное, что может сделать родители в процессе поощрения.

Особенно когда родители видят, что ребенок делает что-то для него новое, родители не могут удержаться от одностороннего или критичного замечания по поводу нового поведения. Например, отец может сказать своим детям "Таня и Сергей, вы оба пришли к столу по первому моему слову. Это замечательно. Но в следующий раз неплохо бы сначала вымыть лицо и руки".

Важно сохранять позитивность к новому поведению. Если ребенку кажется, что вы настроены неодобрительно или критически, как гиперопекающее вышестоящий родитель, он перестанет стараться. Когда вы хвалите ребенка, похвала должна быть четкой и недвусмысленной, не напоминая о прошлых неудачах или не сваливая вину на ребенка.



Хвалите сразу же

Иногда хвалят через несколько часов, а то и дней, после проявления хорошего поведения. Например, мать может сказать, что она счастлива, что дочь убрала кухню или вынесла мусор спустя неделю после того, как это произошло. К сожалению, со временем похвала теряет свое поощряющее воздействие и кажется более искусственной.

Если эпизодная похвала все же лучше, чем никакая, наиболее эффективна та похвала, которая звучит на похвалу пяти секунд после положительного поступка.

Итак:

- Не бойтесь обильно хвалить детей.
- Хвалите в присутствии поощрения.