

Крайне нерационально и бесполезно ругать детей!



Юлия Гиппенрейтер, детский психолог, пишет: «Чем больше ребенка ругают, тем хуже он становится». Почему же так происходит? А потому, что воспитание ребенка – это вовсе не дрессура. Родители существуют не для того, чтобы вырабатывать у детей условные рефлексы. А вы замечали такой обратный эффект?

Зачем вообще взрослые ругают детей? Чаще всего логика такая: "Сейчас я его отругаю, и он точно запомнит, как делать не надо". Спойлер: не запомнит. Запомнит другое - что в следующий раз надо хулиганить так, чтобы мама не увидела.

Второй важный момент: если ругать ребенка постоянно и по любому поводу, у него скоро возникнет "иммунитет" к этому виду воздействия.

✓ А как надо? Если ребенок что-то сделал не так, с ним нужно об этом поговорить. Объяснить. Выяснить причину, и, возможно, поддержать. Обязательно проговорите с ребёнком:

- ✓ В чем именно он ошибся
- ✓ Какие последствия у его поведения
- ✓ Какие чувства он вызвал у вас своим поступком
- ✓ Как нужно было поступить / Как поступить в следующий раз

Простая техника, которая поможет добиться от маленького ребенка необходимого действия:

Когда мы хотим, чтобы ребенок что-то сделал и выдвигаем требования в форме приказа или ультиматума, мы ставим его в положение подчиненного без права выбора. Простое действие (обед, уборка) приобретает негативный оттенок, становится повинностью. Чаще всего приказной и ультимативный тон вызывает реакцию отпора. Тогда

родителю приходится прибегать к еще более силовому инструменту (крик, наказание за неисполнение)

✓ Как лучше формулировать требования к ребёнку?

✓ Убираем негатив из формулировок, "приказ начальника" меняем на "дружескую просьбу".

✓ Даем стимул к достижению цели: предложите после обеда, например, вместе поиграть в любимую игру, посмотреть мультфильм и т.д.

✓ Формируем новую привычку общения Будьте последовательны и применяйте технику дружеских формулировок в течение дня в разных ситуациях. Очень скоро вы увидите, что многие вещи из ежедневной рутины могут приносить радость вместо стресса.



Как правильно хвалить ребёнка:

Как часто вы говорите своему ребёнку слово "Молодец" Если по любому незначительному поводу хвалить дежурной фразой одобрения, то похвала перестанет выполнять свои задачи. Надо понимать, зачем мы хвалим ребенка:

1. дать понять, что он сделал что-то правильно (положительно подкрепить)

2. мотивировать на последующие достижения.

✓ Правила здоровой похвалы:

✓ Говорить, за что конкретно мы хвалим: «спасибо, что помог мне сделать что-то», а не «молодец» и «умница»»

✓ Хвалить процесс достижения цели и усилия ребенка, а не результат: «я видела, как ты старался!», «горжусь тем, что ты не сдался»

✓ Не использовать абсолютную степень: "ты самый лучший / красивый / сильный"

✓ Отличные фразы-помощники осознанных родителей:

1. Расскажи, как тебе это удалось?
2. Мне хочется смотреть на это снова и снова (слушать, пробовать)
3. Я рада, что ты нашёл в себе силы продолжать/прикладывать усилия/сделать это!
4. Какое интересное решение!
5. Твой мозг потрудился на славу!
6. Мне нравится ход твоих мыслей!
7. Вот это способ!
8. Ты справился, преодолел страх/стеснение/скуку!
9. С каждым разом у тебя получается все лучше и лучше!
10. Ты постарался, и у тебя получилось!
11. Это очень важная ступенька на пути к успеху!
12. Это ещё один успех!
13. Как интересно ты придумал: у тебя большой потенциал!
14. Так держать! Продолжай прикладывать к этому усилия!
15. Ты быстро учишься!
16. Я радуюсь твоим успехам!
17. Ты сделал то, что нужно!
18. Ты сделал ещё лучше/аккуратнее/выше/быстрее, чем в прошлый раз!
19. Ты на правильном пути!
20. Можно я покажу твою поделку/рисунок/тетрадь бабушке/папе/на работе и т.д.