

Чудесная сила похвалы

«Что, хвалить за всякую мелочь? Он просто так это должен делать, потому что это его обязанность! Я знаю, он может: он уже сидел и делал все сам — но это было всего два раза. Все остальное время мы стоим над ним и долдоним, долдоним. Сил уже нет — он просто не хочет, и всё тут!»

Когда слышишь что-то подобное, то сразу представляешь какого-нибудь начинающего спортсмена, например хоккеиста. На одной из первых тренировок вдруг так получилось, что он смог забить шайбу. Все довольны, особенно сам парень. Родители и тренер решают: в следующий раз похвалим, когда забьет в финальной серии Континентальной хоккейной лиги. Глупо? Конечно, глупо, потому что выступлению в Высшей лиге предшествует кропотливое оттачивание навыков и умений: от первой забитой шайбы до шайб и голевых передач в каждом матче — дорога длиной в несколько лет, с постоянными тренировками, совершенствованием и мотивацией, мотивацией, мотивацией! Когда человек стоит на вершине пьедестала с чемпионским кубком, вряд ли возникнет необходимость хвалить его за хороший пас или правильную стойку, а вот когда путь к пьедесталу начинается, без этого никак не обойтись.

Синтез положительного противоположного и похвалы при взаимодействии с ребенком

Часто сталкиваешься с тем, что родители (по их собственному признанию) и рады бы похвалить своего взрывного ребенка за то, что в ситуации отказа он смог остаться спокойным, но им просто не выпадает такого шанса: он на каждый отказ устраивает истерику. Это умение тоже можно тренировать!

Необходимо выбрать время, когда все члены семьи спокойны, и предложить ребенку поиграть: он о чем-то просит и получает отказ. Здесь очень важно точно определить для ребенка, чего от него хотят, используя положительное противоположное. Например: «Я хочу, чтобы ты сказал: „Хорошо!“ — и отошел в сторону, оставаясь спокойным».

Если ребенок это сделал, его обязательно надо похвалить, искренне сказать: «Я рада (рад), что у тебя получилось оставаться спокойным», показать свое воодушевление, погладить ребенка.

Если делать это достаточно часто — раза три в день, то в реальной ситуации ребенку будет во много раз легче сказать родителям (да и другим

взрослым): «Хорошо!» — и отойти в сторону.

У многих детей из детских домов отмечается задержка в моторном развитии: им полтора года, а они все еще ползают и почти не делают попыток встать. Но стоит кому-то из таких детей попасть в семью — и он уже начинает ходить через пару недель. Почему? Да потому что в детском доме некому радоваться и хлопать в ладоши от счастья, когда ребенок делает первые шаги. В семье каждый маленький неуверенный шаг вызывает невероятную реакцию счастливых родителей, ведь ребенок медленно учится чему-то новому. Конечно, уже через пару месяцев никто не будет смеяться от счастья или восторженно пересказывать пришедшему с работы супругу о том, сколько шагов малыш сделал сегодня. Но пока он учится ходить, будет именно так, и благодаря этому ребенок освоит навык гораздо быстрее.

Когда ребенок учится чему-то новому, что он еще плохо умеет делать, — будь то езда на велосипеде; формирование способности спокойно принимать «нет», не устраивая истерики; говорить «пожалуйста» или самостоятельно одеваться — следует гораздо больше внимания обращать на те случаи, когда он справляется с задачей; хвалить, даже если у него лишь чуть-чуть получается. Когда ребенок твердо освоит навык, этого уже не придется так часто делать (разве хоть кто-нибудь разучился ходить из-за того, что его перестали хвалить?), но в начале пути — очень важно!

Если продолжать аналогии со спортом, то можно привести пример с игроком, который, прежде чем начать играть на большом льду с командой, сначала много тренируется. Он делает маленькие шаги к тому, что вскоре станет самостоятельной игрой: сначала бьет по пустым воротам, обводит стоящий на льду манекен, едет по льду змейкой.

Другой пример. Боксер, прежде чем выйти против реального соперника, отрабатывает удары по груше, стоит перед зеркалом, оттачивает технику.

И в первом, и во втором случае спортсмены все делают понарошку: в воротах нет вратаря, а груша не ударит в ответ коварным апперкотом. Но тот, кто упрямо тренируется, в реальной ситуации найдется и победит. С ежедневным поведением все происходит точно так же. То, что ребенок уже пробовал понарошку, он с большой вероятностью сможет сделать в реальной жизни.