

## Похвала и порицание ребенка.



Каждый родитель хоть раз в жизни хвалил либо ругал своего ребенка. Но все ли задавались вопросом, как делать это правильно? Ведь похвала и порицание – это практически лучшие способы закрепить тот или иной поведенческий шаблон. Почему же, как правило, закрепляются негативные формы? Давайте разберемся.

Как зачастую родители порицают детей? Собирается почти вся семья, около получаса, а то и больше, все разбирают «недостойное» поведение, возможно, кто-то плачет, кто-то звонит родственникам, ещё неделю потом все вспоминают этот грандиозный скандал. Ребенок счастлив, весь мир крутится вокруг него, хоть и ругают, но на нем сосредоточено все внимание.

А как хвалят? «О, ты молодец». И все. И никто спустя неделю не будет вспоминать, как здорово младший член семьи помыл посуду или какие принес отличные оценки из школы. И поэтому маленькому человеку запоминается тот факт, что «хорошими делами прославиться нельзя» и закрепляется поведенческий шаблон, который меньше всего хотелось бы видеть.

Так как же правильно хвалить детей? Для начала запомните: «молодец» – это

не похвала. Похвала должна быть максимально конкретной, раскрывающей поступок ребенка и его качества. Например, «ты сегодня так замечательно убрал свою комнату, ты у меня такой хозяйственный». Так ребенок понимает, какой он, и что конкретно вызвало Ваше одобрение.

Хвалите за мелочи, хвалите, вместо того, чтобы ругать. Например, если он прогулял не четыре урока, как обычно, а всего два – это тоже достойно поддержки и одобрения. Правильно отреагируете – завтра посетит все, какие есть в расписании.

Вспоминайте хорошие поступки младшего члена семьи чаще, чем плохие. Расскажите друзьям, что Ваш сын готовит завтрак лучше всех на свете, и он будет делать это чаще. Делайте это искренне, и тогда, вероятнее всего, Вы будете правильно поняты своим ребенком, и он будет стремиться к тому, чтобы Вы хвалили его еще и еще.

Теперь перейдем к более неприятному процессу – словесные наказания. Во-первых, ругаете за один проступок – один раз. Не вспоминайте потом обиды месячной давности, не прибегайте к высказываниям, содержащим в себе формулировки «ты никогда...» или «ты всегда...». Во-вторых, порицайте поступок, а не того, кто его совершил. «Так вести себя не принято» вместо «ты плохой». Так Вы сформируете у ребенка негативное отношение к совершенному действию, не разрушая при этом самооценку. Старайтесь не наказывать сына или дочь публично, разбирайтесь в проблеме дома. Даже если ребенок не прав, он должен чувствовать, что Вы его все равно любите.

Используйте при похвале и порицании обращение к своим чувствам, не стесняйтесь говорить о том, что Вам неприятно или, наоборот, Вы в восторге от чего-то. Тогда при соблюдении этих несложных правил Вы сформируете у детей то поведение, которое в будущем поможет им легко адаптироваться и правильно вести себя в тех или иных ситуациях, а также сохраните им адекватную самооценку.