

«Как правильно хвалить и ругать ребенка»

Воспитание детей — кропотливая работа. Наши родители были почему-то уверены, что поощрять нас нужно очень осторожно, чтобы не испортить. А уж если кто-то со стороны заметит успехи и достижения, то им тут же надо противопоставить какой-то недостаток.

— Ваш сын отлично плавает!

— Ох, если б он еще учился так же хорошо!

Мы выросли. И, памятуя о прошлом, решили по отношению к своим детям не скупиться на добрые слова. И понеслось: «Ты ж моя золотая!», «Да они тебя недостойны!» И, кажется, перегнули палку.

**Как правильно хвалить ребенка**

**Хвалим дела, а не личность**

— Правильнее оценивать конкретное действие, а не обобщать, — объясняет детский психолог Евгения Курилова. — То есть не «Какой ты у меня художник!», а «Ты нарисовал потрясающую картину!» Или «Ах, как аккуратно ты написала буквы!»

**Оценочные слова**

Которые вылетают у нас автоматом — «Молодец!», «Умница», — хороши только для маленьких детей. Если использовать их в отношении взрослых или подростков, можно наткнуться на обратный эффект — неприятие: «Кто ты такой, чтобы оценивать мою хорошесть или ум?» Более безопасные варианты: «Отличное решение ты придумал» или «Мне нравится, как ты это сделал».

**Похвалу дети воспринимают по-разному**

Кому-то важнее слова. Кто-то нуждается в том, чтобы мама посмотрела в глаза и улыбнулась. Кому-то требуется, чтобы его обняли, пожали руку и т. п. Не пренебрегайте ни одним из этих типов контактов, хотя бы чередуйте их.

**Не каждый чих ребенка стоит хвалить**

Когда ободряющих и поощряющих слов слишком много, они становятся просто фоном. Отмечайте только то, что вам действительно нравится, кажется важным, в общем, вызывает эмоциональный отклик.

**Ребенку приходится многому учиться**

И не всегда все получается с первой попытки. Поэтому хвалить можно не только отличный результат, но и сам процесс труда, пусть даже он привел к довольно плачевным результатам: «Ты так красиво выписал все буквы! Жаль, что не хватило времени проверить правописание слов!», «Я так горда, что ты решила сама убрать в своей комнате! Но в следующий раз выжимай тряпку, перед тем как мыть пол».

**На заметку**

Детские комплексы:

учитесь говорить ребенку комплименты

**Можно ли обойтись без похвалы**

— Хвалить ребенка очень важно, — уверена детский психолог Елена Казакевич. — Именно так он выстраивает систему жизненных ориентиров «Это хорошо, а вот это плохо». Но важно, чтобы похвалы были искренними, шли от сердца. Механически брошенное «Молодец!», когда взрослый при этом даже не оторвался от смартфона, воспринимается ребенком как «Отстань!».

**15 фраз, которые дети мечтают услышать в свой адрес от взрослых**

**Мотивируют на подвиги**

* У тебя получится!
* Я в тебя верю!
* Не сдавайся, ты справишься!
* Так держать!
* Я рад твоим успехам!
* Хорошая работа!

**Дают ощущение крепкого тыла**

* Мы же команда!
* Если будет нужно, я всегда помогу.
* Не бойся ошибиться.
* Тебе есть чем гордиться.
* Верь в себя!
* Будь собой.
* Ты отличный друг!
* Я рада (горда), что у меня такой сын!
* Уважаю твое решение!

**Как правильно ругать ребенка**

Без этого не обходится воспитание. Негативную реакцию на неправильные действия ребенка давать можно и нужно. Это задает подрастающему поколению границы и ориентиры. Но, конечно, ругать тоже нужно умеючи.

Как выразить ребенку свое неодобрение?

**Как и с похвалой, оценивайте (негативно) не самого ребенка, а его поступок.** Не «У тебя руки-крюки!», а «Мне кажется, если бы ты не торопился, поделка вышла бы лучше!»

**Не отвергайте ребенка, совершившего проступок.** Нельзя: «Уходи! Мне такой плохой сын не нужен». Нужно: «Я очень огорчена твоим поступком! Ты же знаешь, что портить чужие вещи нельзя».

**Брань, обзывания исключены.** «Дурак какой-то!» еще никого не сделало умнее.

Ругая ребенка, **не сравнивайте его с другими детьми.**

Необязательно сдерживать раздражение или злость, отчитывая нашкодившего подростка. Вы ведь не робот, у вас есть собственные эмоции. И сын/дочь должны понимать, что своими действиями могут вызвать у вас эти негативные реакции. **Главное — не утонуть в негативе и не сорваться на брань.**

Нельзя негативно оценивать способности ребенка: «До чего же ты глупый, не можешь решить эту задачу!» Даже если очень захочет, человек не может прыгнуть выше определенного предела. А из-за ругани будет бояться совершить ошибку и сам себе поставит потолок.

**Ругайте только за уже совершенное.** В профилактических целях это совершенно не действует.

**Важно знать**

Почему не надо ставить ребенка в угол:

рассказываем, как правильно наказывать ребенка

**Старайтесь ругать как можно меньше,** только когда повод весомый. Иначе, как и в случае с захваливанием, ребенок станет воспринимать вашу критику как фон. Если кажется, что иначе нельзя, причина ругани в вас. Ведь чаще всего родители ругают детей не потому, что те набедокурили, а потому, что не выдерживают своих эмоций: страхов, тревоги, желания все контролировать. Такие мамы, папы (и бабушки-дедушки, кстати) приходят с детских площадок с сорванным голосом: «Петя, не лезь на горку! Я кому сказала, не лезь — свалишься! Куда на качели? Они холодные и мокрые! Почему ты не слушаешься? Папе расскажу о твоем поведении!»

**Нельзя ругать за нарушение правил,** которые вы и сами не соблюдаете. Ребенок сделает вывод, что на самом деле соблюдение правил не важно, а вам просто хотелось покричать.

Если сорвались и накричали на ребенка, **не бойтесь извиниться** и признаться, что перегнули палку. Объясняйте свои эмоции: «Прости, я накричала на тебя: очень испугалась, когда увидела, что ты залез так высоко на дерево! Это слишком опасно, прошу тебя, будь осторожнее!»

**Когда посторонние в вашем присутствии ругают вашего ребенка, держите оборону!** Не позволяйте это делать, даже если формально посторонний «воспитатель» прав. Ребенок должен знать, что вы с ним — одна команда. А вот оставшись наедине, выскажите, что думаете по этому поводу.