

Родители и дети.

Критикуем и хвалим по-новому Кого и что хвалить: ребенка или его дела?

Многие родители верят, что похвала помогает ребенку приобрести уверенность в себе. На самом же деле похвалы могут привести к нервозности, плохому поведению ребенка. Почему? Да потому, что чем больше он получает незаслуженных похвал, тем чаще стремится проявить свою “истинную натуру”. Родители часто рассказывают: стоит похвалить ребенка за хорошее поведение - и он как с цепи срывается, будто стремясь опровергнуть похвалу.

Как можно хвалить и как нельзя

Означает ли это, что похвала “устарела”? Вовсе нет. Однако не стоит пользоваться ею направо и налево. Лекарства, например, назначаются больному лишь в строгом соответствии с рекомендациями врача, который указывает время их приема, дозу, учитывает противопоказания, возможность аллергических реакций. Так же осторожно следует обращаться и с сильнодействующим “лекарством” иного рода: оценивать, хвалить можно только поступки и дела ребенка, а не его самого.

Вот пример, который показывает, как надо хвалить. Восемилетний Андрей хорошо поработал в саду: собрал граблями листья, выбросил мусор, аккуратно сложил на место инструменты. Матери понравилась его работа, и она выразила свое одобрение сыну.

Мать. В саду было так грязно... Я даже не думала, что можно все убрать за один день.

Андрей. А я смог!

Мать. Там было полно листьев и всякого мусора.

Андрей. Я все убрал.

Мать. Вот это работа!

Андрей. Да, было нелегко.

Мать. Сад теперь такой красивый, на него приятно посмотреть.

Андрей. Стало чисто.

Мать. Спасибо тебе, сынок.

Андрей (широко улыбаясь). Не за что.

Мать похвалила поступок Андрея, и мальчик почувствовал радость и гордость от того, что он его совершил. В тот вечер он с большим нетерпением ждал, когда придет домой отец, чтобы показать ему чистый сад и снова почувствовать гордость за свою работу'.

Напротив, похвалы, оценивающие самого ребенка, а не его поступок, только вредны:

- Ты чудесный сын.

- Ты настоящий мамин помощник.

- Что бы мама делала без тебя?

Такие комментарии вызовут лишь сомнения и тревогу; ребенок почувствует, что он далеко не такой “чудесный сын” и совсем не может быть этим образцовым сыном.

Поэтому, не дожидаясь, что его “разоблачат”, он предпочтет немедленно облегчить свое сердце, сознавшись в каком-нибудь проступке.

Похвала так же бьет в глаза, как и яркое солнце, - и так же сильно слепит. Ребенку становится неловко, если его называют чудесным, милым, щедрым, скромным. Он

чувствует, что должен опровергнуть эту похвалу, хотя бы частично. Нельзя заявить во всеуслышание: “Спасибо, я принимаю вашу похвалу”. Но и внутренний голос говорит ребенку, что нельзя честно сказать себе самому:

“Я просто чудесный: я и добрый, и сильный, и щедрый, и скромный”.

Ребенок не только опровергнет похвалу, но и подумает о тех, кто его хвалит, примерно так: “Если они так хорошо обо мне думают, значит, и сами немного стоят!”

Наши слова и выводы детей

Итак, похвала должна быть направлена на дела и поступки ребенка, а не на его личность. Нужно построить свой комментарий таким образом, чтобы дети сами делали положительные выводы о себе и своих способностях.

Десятилетний Женя помогал отцу оборудовать подвал дома. Во время работы ему пришлось двигать тяжелую мебель.

Отец. Верстак такой тяжелый. Трудно его подвинуть.

Женя (с гордостью). Я это сделал.

Отец. Работа не из легких.

Женя (согнув руку и напрягая мускулы). Я сильный.

В этом примере отец указал на трудность задачи. Сын сам сделал вывод о своих способностях. А если бы отец сказал: “Ты такой сильный, сынок” - Женя мог бы ответить: “Вовсе нет. У нас в классе есть мальчишки сильнее меня”. Последовал бы обидный и ненужный спор...

Как дети выглядят в собственных глазах

Похвала складывается из двух компонентов - наших слов и выводов детей. Наши слова должны выражать четкую положительную оценку детских поступков, намерений, помощи ребенка нам, его понимания и т. д. Нужно облечь наше суждение в такую форму, чтобы ребенок почти безошибочно мог сделать из него реалистический вывод о себе самом. Вот несколько примеров, показывающих, как нужно хвалить детей,

Правильная похвала: “Спасибо за то, что ты вымыл машину. Она теперь сверкает, как новенькая!”

Возможный вывод: “Я хорошо поработал, и мою работу оценили”.

(Неправильная похвала: “Ты просто молодец”.)

Правильная похвала: “Твое стихотворение меня очень тронуло”.

Возможный вывод: “Хорошо, что я умею писать стихи”.

(Неправильная похвала: “Для твоего возраста это неплохие стихи”.)

Правильная похвала: “Книжный шкаф, который ты сделал, такой красивый!”

Возможный вывод: “Я умею плотничать”.

(Неправильная похвала: “Ты хороший плотник”.)

Правильная похвала: “Большое спасибо, ты вымыл сегодня всю посуду!”

Возможный вывод: “Я помог маме”.

(Неправильная похвала: “Ты сделал это лучше, чем наша мама”.)

Правильная похвала: “В твоём сочинении есть интересные мысли”.

Возможный вывод: “Я могу писать оригинально”.

(Неправильная похвала: “Ты пишешь неплохо для своего возраста. Но надо, конечно, многому еще научиться”.)

То, что ребенок скажет о себе в ответ на наши слова, позже он повторит и мысленно. Эти внутренние реалистические положительные оценки в значительной степени определяют хорошее мнение ребенка о себе самом и об окружающем его мире.

Критика созидательная и критика разрушительная

Когда критика является созидательной и когда разрушительной? Созидательная критика ограничивается тем, что указывает, как сделать то, что нужно сделать, целиком и полностью опуская отрицательные оценки личности ребенка.

Десятилетний Паша нечаянно пролил за завтраком стакан молока.

Мать. Ты уже не маленький, а стакан держать не умеешь! Сколько раз я тебе говорила - будь осторожней!

Отец. Он всегда был неуклюжим, таким и останется. Да, Паша пролил стакан молока, но едкие насмешки здесь совершенно неуместны: они могут стоить родителям гораздо большего - потери сыновнего доверия. Не время высказывать ребенку, что ты о нем думаешь, если он провинился. В этом случае нужно осудить только его поступок, но никак не его самого.

Что делать, когда ребенок плохо себя ведет

Когда восьмилетний Миша случайно пролил на стол молоко, мама спокойно сказала; “Я вижу, ты пролил молоко. Вот еще стакан молока, а вот тряпка”. Мама встала и дала сыну стакан молока и тряпку. Миша с удивлением посмотрел на нее, потом облегченно вздохнул и пробормотал: “Спасибо, мамочка”. С маминной помощью он вытер со стола пролитое молоко. Мама не стала делать резких замечаний сыну. Она рассказывала потом, что ей очень хотелось сказать: “В следующий раз будь осторожнее!” Когда же она увидела, как сын благодарен ей за понимание его поступка, она удержалась от этих слов. Не сделай мама этого, настроение и у нее, и у сына было бы испорчено - и надолго.

Как раздражается буря

Во многих семьях ссоры между родителями и детьми развиваются в заранее известной последовательности. Вот ребенок что-нибудь сделал или сказал не так - и отец с матерью неминуемо произносят обидные для него слова. Конечно, на них дети отвечают еще хлеще. Родители начинают кричать, угрожать - недалеко и до порки. И снова бушует в доме “гроза”...

Десятилетний Толик играл чайной чашкой.

Мать. Ты разобьешь ее! Уже бывало так, и не раз!

Толик. Нет, не разобью.

Тут чашка упала на пол и разбилась.

Мать. Вот уж руки-крюки! Скоро всю посуду в доме перебьешь!

Толик. У тебя тоже руки-крюки! Ты уронила папину электробритву, и она разбилась.

Мать. Как ты говоришь с матерью! Грубиян!

Толик. Ты сама грубиянка, ты первая начала!

Мать. Замолчи сейчас же! И отправляйся в свою комнату!

Толик. Не пойду!

Доведенная до белого каления, мать схватила сына в охапку и сильно отшлепала. Пытаясь освободиться, Толик оттолкнул мать. Та не удержалась на ногах и, падая, разбила стеклянную дверь, поранив осколками руку. При виде крови Толик страшно перепугался и выбежал вон из дома. До позднего вечера его не могли найти. Легко представить себе, как переволновались взрослые.

Неважно, научился ли Толик осторожно обращаться с посудой. Зато он получил отрицательный “урок” - как не стоит вести себя с матерью. Проблема вот в чем: была ли эта домашняя буря необходимой, неизбежной? И возможно ли вести себя иначе - так, чтобы не было подобных происшествий?

Увидав, что сын играет чашкой, мать могла бы взять ее и поставить на место, а мальчику дать что-нибудь другое, например мяч. Или когда чашка уже разбилась, мама могла бы помочь сыну убрать осколки, сказав что-нибудь вроде: “Чашки легко бьются. Кто бы мог подумать, что от этой чашечки будет столько осколков!” Удивленный и обрадованный отсутствием “грозы”, Толик скорее всего тут же попросил бы у матери прощения за свой поступок. А мысленно он сделал бы вывод: “Чашки - не для игры”.

Сталкиваясь с мелкими неприятностями, дети одновременно получают уроки “больших” жизненных основ. Родители должны помочь им почувствовать разницу между простой неприятностью и трагедией или катастрофой. Часто бывает, что и сами родители реагируют на события неадекватно. А ведь сломанные часы - это не сломанная нога, разбитое окно - не разбитое сердце! И говорить с детьми нужно примерно так:
- Я вижу, ты опять потерял перчатку. Жаль, ведь она стоит денег. Печально, что и говорить, хоть это и не трагедия.

Если сын потерял перчатку, не стоит из-за этого терять хорошее настроение. Если он порвал рубашку, не стоит в отчаянии рвать на себе одежды, подобно героям древнегреческих трагедий.

Оскорбления: что за ними скрыто?

Оскорбления - это отравленные стрелы, и можно использовать их только против врагов, но никак не против детей. Если мы скажем: “Какой некрасивый стул!” - со стулом ничего не случится. Он не чувствует ни оскорбления, ни смущения. Он стоит там, куда его поставили, независимо от характеризующего его прилагательного. Однако когда неуклюжим, или глупым, или некрасивым называют ребенка, с ним кое-что происходит. Он страдает, злится, испытывает ненависть, желание отомстить. В связи с этим у него появляется и чувство вины, которое, в свою очередь, приводит к тревоге. Вся эта “цепная реакция” делает ребенка и его родителей несчастными.

Когда ребенку все время повторяют: “Какой ты неуклюжий!” - он может в первый раз ответить: “Вовсе нет!” Но, в общем, дети прислушиваются к мнению родителей, и в конце

концов ребенок и сам поверит, что неуклюж. Упадет, например, во время игры и сам себе скажет: “Какой ты неуклюжий!” Потом ребенок начнет избегать подвижных игр, требующих ловкости, потому что отныне он уверен в своей неповоротливости.

Когда родители и учителя повторяют ребенку, что он глуп, в конце концов он этому поверит. Тогда он и вовсе перестанет проявлять в присутствии людей свои умственные способности, думая, что этим избегнет нежелательных сравнений и спасется от насмешек. Он рад, когда его оставляют в покое. Его девизом становится: “Не пытайся вовсе, не старайся, и неудач не будет”.

Родительский гнев

Нам внушали в детстве, что сердиться нехорошо. И со своими детьми мы стараемся быть терпеливыми. Но рано или поздно всякому терпению приходит конец, хотя мы знаем, что проявление гнева может повредить ребенку, и сдерживаем этот гнев, как ловцы жемчуга свое дыхание под водой.

Гнев, как и простой насморк, - весьма насущная проблема, игнорировать ее нельзя. Мы не всегда можем предупредить проявления гнева, хотя он обычно возникает в сходных ситуациях и развивается как бы в заданной последовательности. Нам кажется, что гнев всегда вспыхивает неожиданно, внезапно.

В гневе мы словно теряем рассудок: мы обращаемся с детьми, как со своими врагами, оскорбляем их, кричим и наносим удары “ниже пояса”. Когда же вспышка ярости проходит, мы осознаем свою вину и торжественно обещаем себе, что это больше не повторится. Но вскоре гнев вспыхивает снова, и наших хороших намерений как не бывало: мы набрасываемся на детей - на тех, кому с момента их рождения посвятили всю свою жизнь.

Не стоит давать обещаний, которые не можешь выполнить: это только подольет масла в огонь. Гнев подобен урагану: от него никуда не денешься, но к нему надо быть готовым. Мир в семье не может воцариться благодаря внезапным переменам в человеческой природе, он основывается на преднамеренных разрядах напряжения, прежде чем такой накал приведет к взрыву.

В воспитании детей родительскому гневу отведено особое место. В самом деле, если в нужный момент не рассердиться, то ребенок подумает, что мы смотрим на его проступок сквозь пальцы. Лишь те, кто махнул рукой на своего ребенка, исключают гнев из арсенала воспитательных средств. Конечно, не стоит беспричинно обрушивать на ребенка лавину гнева. Нужно научить его понимать, когда гнев означает серьезное предупреждение: “Моему терпению есть предел”.

Родители должны помнить, что гнев слишком дорого им обходится, чтобы метать громы и молнии направо и налево. Гнев не должен возрастать во время его проявления. Нужно так выражать свой гнев, чтобы родителям это приносило какое-то облегчение, ребенку - урок, но ни в коем случае не давало вредных побочных эффектов ни для той, ни для другой стороны. Поэтому мы не должны, например, отчитывать ребенка в присутствии его друзей, ведь чем больше он при них “расходится”, тем больше сердимся и мы сами. Мы, взрослые, не стремимся повторять надоевшую схему развития событий (гнев - вызов - наказание - месть) от случая к случаю. Напротив, мы хотим, чтобы грозовые тучи

рассеялись как можно скорее.

Путь к миру и покою

Чтобы в минуты покоя подготовиться к напряженной ситуации, надо признать нижеследующие истины.

1. Мы понимаем, что поведение детей может вызвать у нас гнев.
2. Мы имеем право на этот гнев и не должны испытывать ни сознания своей виновности, ни стыда.
3. Мы имеем право выражать свои чувства, но с одной оговоркой: выражая свой гнев, мы не должны затрагивать личность ребенка, его характер.

Вот конкретные советы, которые укажут родителям путь к миру со своими детьми.

Первый шаг. Прежде всего нужно вслух назвать свое чувство. Это будет сигналом, предупреждением для всех, кого это чувство затрагивает: "Осторожна! Пора остановиться!"

- Я очень недовольна.

- Я рассердилась.

Если это не помогло разрядить "грозу", идем дальше.

Второй шаг. Выражаем свой гнев с возрастанием его силы.

- Я сержусь.

- Я очень сердита.

- Я очень, очень сердита.

- Я разгневана.

Иногда одного выражения наших чувств (без объяснений) достаточно, чтобы ребенок подчинился. Если же этого не произошло, надо перейти к следующему этапу.

Третий шаг. Здесь необходимо пояснить причины своего гнева, назвать свою реакцию на события - в словах и желаемых действиях.

- Когда я вижу, что твои ботинки, носки, рубашки и свитеры разбросаны по всей комнате, я начинаю злиться, я сержусь не на шутку! Хочется открыть окно и выбросить все это прямо на улицу!

- Я приготовила хороший обед. По-моему, он заслуживает похвалы, а не презрения.

Такой подход позволяет родителям дать выход своему гневу, при этом никому не причиняя вреда. Как раз наоборот: дети увидят, что гнев можно выражать очень спокойно.

Ребенок должен понять, что и его собственный гнев вполне поддается такой "разрядке".

Но для того чтобы пояснить ему это, от родителей потребуются нечто большее, чем простое выражение своих отрицательных чувств. Отец или мать должны будут указать детям возможные пути выражения своих эмоций, а также разрядки гнева.

(Автор статьи: Хаим Дж. Гиннот)