

## **Виховуємо успішних дітей: поради від Естер Войчицькі**

*Естер Войчицькі називають супер мамою Кремнієвої Долини: кожна з її трьох доньок є надзвичайно успішною. Сама ж Естер — журналістка, освітянка та письменниця, відома в усьому світі завдяки своїм книжкам та лайфхакам із виховання. На запрошення Освіторії пані Естер зустрілася із українськими педагогами та батьками. Як виховувати успішних дітей? Як боротися із гаджетами? Як підтримувати дисципліну у класі та вчити дітей відчувати щастя?*

### **ЯК ВИХОВАТИ ДІТЕЙ УСПІШНИМИ?**

Секрет успіху дитини у її незалежності. Треба довіряти своїм дітям: коли ви їм довіряєте і поважаєте їх, вони поважають себе. Вони поважають своє бажання ризикувати та щось робити. Коли ви їх робите незалежними, вони самі беруть відповідальність за своє життя. Ви не диктуєте, що їм робити, а співпрацюєте з ними. Чому діти бояться спробувати щось нове та ризикувати? Тому що вони бояться наслідків, що дорослі будуть їх сварити. Ви маєте вселити в дітей віру в себе, підтримуючи їх у всіх починаннях. Також дуже важливо бути добрими до своїх дітей — вони це назавжди запам'ятають

### **ЯК ПІДТРИМУВАТИ ДИСЦИПЛІНУ У КЛАСІ?**

Для цього дітям необхідно самостійно написати для себе правила. Коли вони створюють правила класу, тільки тоді їм підкоряються. Річ у тім, що діти самі є творцями цих правил, а значить вони самі захочуть їх дотримуватись.

### **ЯК НАВЧИТИ ДІТЕЙ ВІДЧУВАТИ ЩАСТЯ?**

Треба ставити їм запитання: як можна зробити світ кращим? Своє життя кращим? Як зробити життя свого друга кращим? Працювати разом задля якоїсь мети в групах чи командах робить людей щасливими. Люди — це соціальні істоти, вони нещасливі, коли змушені все робити на самоті чи на благо лише самих себе. Кожному потрібна соціальна взаємодія, щоб бути щасливими. Тому треба надавати можливість дітям працювати в командах, щоб розв'язати певну проблему чи питання. Люди щасливі, коли в них позитивні стосунки з іншими. Успіх у сучасному світі зазвичай значить, що у вас багато грошей. Проте це не зовсім так. Є багаті люди, котрі нещасливі, оскільки не вміють взаємодіяти з оточенням. Стосунки з людьми щасливі, коли ви можете допомагати іншим покращити життя. Це зробить вас і успішним, і щасливим водночас. Діліться успіхом і турбуйтеся про інших. Не думайте тільки про себе.

### **ЯК НАЙКРАЩЕ БОРОТИСЯ З ГАДЖЕТАМИ?**

Дітям необхідно пояснювати, чому проводити забагато часу в смартфонах — шкідливо для здоров'я. І треба дати їм можливість самостійно

створити план-графік, скільки часу вони можуть сидіти за телефонами. Проте важливо дітям допомогти відкоригувати цей план. Якщо допомогти їм з плануванням, тоді вони значно краще будуть його дотримуватися.

### **ЯК БОРОТИСЯ З БУЛІНГОМ?**

Треба розповісти дітям, до яких наслідків призводить булінг. Сторітелінг найкраще для цього підходить, оскільки спрямований на відчуття дітей, а саме турботу про ближнього. Завдання вчителя — створити атмосферу, у якій кожний розуміє, що добробут іншого важливий. І що можна просити про допомогу та підтримку вчителя в будь-який момент, коли вона вам буде потрібна. Треба поводитися так, щоб діти могли наслідувати вашу позитивну модель поведінки. Необхідно стати прикладом, за яким діти захочуть іти. Цькувальнику треба пояснити, яку шкоду він завдає іншій дитині. Тому необхідно втручатися й пояснювати обом сторонам, що відбувається. Агресору треба показувати, як почувається жертва агресії. Це є ключем, як зробити наш світ кращим.

### **ЯК ДІТЯМ ПОЯСНИТИ, ЧОМУ ВІДБУВАЄТЬСЯ ВІЙНА?**

Поясніть дитині: таке відбувається, коли дорослі не можуть між собою домовитися, і таке стається, коли цькувальник, який ображає інших, виростає». Це якнайкраще зможе продемонструвати, як у дорослому житті працює схема «агресор-жертва».

### **ЯК ДОПОМОГТИ ДІТЯМ БОРОТИСЯ ІЗ ПСИХОЛОГІЧНИМИ ТРАВМАМИ?**

Треба розповісти подібні історії-казки, наприклад, як черепаха подолала свою травму. Це має надихнути дитину боротися та не падати духом. Кажуть, що діти, які зростали з якимись викликами чи труднощами, зростають навіть кращими. Діти, які пройшли важкі умови і їх пережили, мають усі можливості жити щасливим життям у майбутньому.