

Способы оказания поддержки ребёнку без излишней похвалы.

Способы оказания поддержки ребёнку без излишней похвалы.

1. Старайтесь высказывать своё *личное мнение*: «Мне нравится...». «Я ценю.. .», «Мне здорово помогло.. .» (вместо: «У тебя великолепно получается...», («У тебя получается лучше, чем у ...»). Дети в состоянии воспринять вашу искреннюю реакцию на свои действия, но могут растеряться или почувствовать себя неловко получая явно завышенную оценку, которую ещё предстоит оправдать.

2. *Демонстрируйте уверенность* в способностях своих детей. «Мне так приятно, что ты на выходные выбил ковры они же такие тяжёлые. Теперь я знаю, что у меня есть настоящий помощник». Но не так: «Для твоего возраста у тебя неплохо получается» или «Превосходный рисунок». Другими словами, дайте детям возможность самим сделать вывод о своих способностях. Неплохо при этом задать вопрос: «А ты сам что думаешь?» и дать ребёнку свободу в оценке своих способностей.

3. Отмечайте, насколько трудной была работа, которую сделал ваш ребёнок. «Земля такая твёрдая!» вместо: «Ну, ты силён вскопать такую грядку!» Пусть он сам додумает, что вы оставили между строк.

4. Замечайте, *успехи* и *старания* ребёнка. «А ведь ещё месяц назад ты мог один раз туда и обратно!» «Ты целый час над этим проработал!» «Я смотрю, у тебя с братом в последнее время наладились отношения!» В нашем мире слишком много внимания уделяется окончательному результату в ущерб стараниям, приложенным к его достижению, поэтому дети могут легко потерять интерес без вашей поддержки их усилий. И, постарайтесь, не испортить всё, сказав в конце, что они «способны на гораздо большее».

5. Не упускайте возможность отметить *вклад* ребёнка в общее дело. Поскольку мы стремимся наладить в семье атмосферу сотрудничества, а не конкуренции, постарайтесь должным образом оценивать ситуации, в которых дети проявляют предусмотрительность, предупредительность, стараются помочь. Простое выражение признательности: «Спасибо!» «Благодарю за помощь!» «Молодец, что помог сестре!», или просьба помочь: «Ты не пособишь мне...» может значить для детей гораздо больше, чем фраза вроде «Ты такой предусмотрительный».

6. Не упускайте возможность прокомментировать положительный *результат* действий ребёнка. Ребёнку будет очень приятно, если вы скажете: «Теперь мне будет гораздо легче работать» или «Теперь комната выглядит гораздо чище», потому что он знает, что это правда.

Итак, старайтесь подчёркивать важность стараний, отмечать достижения ребёнка (даже самые небольшие), существенность результатов его действий и его вклад в общее дело, а также реальные трудности, с

которыми он столкнулся, выполняя его. Всё, что вы говорите, должно звучать искренне и правдиво. Дайте детям самим оценить то хорошее, что они сделали. Помните, что хорошего много просто мы не привыкли акцентировать на нём внимание, а ведь это может существенно поднять степень уверенности детей в своих силах.

По материалам сайта «Ваш психолог» <http://www.vashpsixolog.ru/working-with-parents/52-recommendations-parents/1015-sposoby-okazaniya-podderzhki-rebyonku-bez-izlishnej-poxvaly>