

## **Как правильно хвалить ребёнка и поддерживать в ситуациях неудач**

### **Памятка для педагогов**

Дети от природы любопытны и талантливы. Для них естественно хотеть узнавать, учиться, пробовать. Но уже в начальной школе родители замечают снижение мотивации к учебе. В подростковом возрасте проблемы лишь усугубляются. Иногда даже приходится менять школу: не складывается с учителем, одноклассниками, учебным процессом в целом.

Почему так происходит? Все эти чувства (отсутствие мотивации, лень, даже перфекционизм) — разные аспекты невроза, вызванного повышенными требованиями к ребенку, постоянными оценочными суждениями и конкуренцией. Нездоровая атмосфера сопровождает детей и в семьях, и в школах. У детей нет безусловного принятия значимыми взрослыми, сочувствия в ситуациях неудач. Именно сочувствие формирует здоровую психику и высокий уровень самопринятия, или иначе — самооценки, умение не зависеть от оценки окружающих, а во взрослом возрасте — принимать себя и других.

### **Как реагировать на неудачи**

Ситуации, в которых детям требуется сочувствие, случаются каждый день и по несколько раз. Из ежедневной рутины складывается общая атмосфера дома, в саду и в школе. Давайте разберем несколько обыденных примеров, чтобы понять логику поведения поддерживающего и принимающего родителя или педагога — они в таблице.

У ребенка, который часто сталкивается с порицанием, неодобрением, наказаниями, природное любопытство постепенно угасает. На его место приходит животный страх ошибиться. Когда возникает страх, замирают высшие психические функции. У него нет сил, ресурса, желания сделать что-то. Нужна помощь — отогреть его и снова наполнить. Но близкие взрослые — родители и школьные педагоги — уже готовят клеймо «ленивый», «немотивированный». А дальше круг демотивации замыкается. Оценки в школе — еще один способ демотивации, или, как минимум, нагнетания стресса. Это устаревший прием из образовательной системы XIX века, в которой учеников часто и жестоко наказывали. Низкие оценки расстраивают. Ребенок привыкает к тому, что он — троечник или двоечник и не в силах учиться. Он перестает стараться. Высокие оценки также вызывают стресс: отличникам нужно соответствовать.

Родители и педагоги всеми силами должны избегать создания цепочки «неправильность ребенка — негативная реакция взрослого (наказание) — закрепление в подсознании ребенка идеи, что он достоин наказания/он плохой». После нескольких повторений ребенок начинает избегать того, что у него не получается.

### **Как хвалить**

Постоянный «молодец» — тоже не очень здоровая ситуация. Он же молодец для мамы, а не для себя. Подсадка на иглу похвалы самого ребенка, а не его

достижений и поступков — очень опасный момент. Рано или поздно в жизни ребенка случатся ситуации, когда он не сможет быть вечным молодцом. Справиться с такой ситуацией в одиночку тяжело. И когда ребенок, который всегда был молодцом, получает плохую оценку или осуждение, он пугается, расстраивается, не понимает, как реагировать на неудачу.

### **Как мотивировать**

Для родителя или учителя, которые хотят воспитать мотивированного, уверенного в себе ребенка, должно быть три правила: постоянное сочувствие в неприятных ситуациях, отсутствие наказаний в любом виде (сюда же относится порицать, стыдить, сравнивать с другими детьми, красноречиво закатывать глаза) и разумное использование похвалы. Конечно, на практике это все не так просто.

Нужно объяснить себе, что каляки или ровная пирамидка — не самоцель, цель этого этапа развития — развитие мелкой моторики. Потом наступит следующий этап, и появятся новые условные каляки. Можно устроить себе 21-дневный марафон и ежедневно замечать в ребенке что-то хорошее.

Поводов будет много: аккуратно слепил фигурку из пластилина, придумал классную идею, помог помыть посуду, быстро прибежал, самостоятельно разобрался с задачей. Все это, умело подчеркнутое родителем, не имеет ничего общего с обобщающим «молодец».

Существенно сложнее выразить сочувствие, когда что-то случилось, и взрослый злится, буквально кипит внутри. Здесь надо работать со своими триггерами — у каждого свои стандартные ситуации, которые выводят из себя.

Ребенку в ситуациях, когда что-то пошло не так, надо в первую очередь посочувствовать. И только потом решать проблему. Сочувствие — универсальный способ разрешать неприятные ситуации с позиции принятия. Наконец, мы все, и родители, и педагоги — живые люди. Устаем, срываемся. Тогда нужно незамедлительно извиниться перед маленьким человеком и сказать: «Прости, я сейчас сорвалась. Я не должна была на тебя кричать, я не сдержалась». И тогда ребенок понимает, что это не к нему, и с ним все в порядке, взрослый его любит.