Как правильно хвалить ребенка

Многие родители убеждены, что ребёнка надо хвалить, а не ругать.  Вот только ребёнка совсем несложно и испортить похвалами.

Не всегда похвала, выраженная не вовремя и неумело, поможет ребенку правильно оценить свои возможности. Иногда похвала может стать толчком для развития в малыше эгоизма и завышенной самооценки.

С психологической точки зрения, нельзя восхвалять ребенка за способности, которые ему даны самой природой. Вредно хвалить за то, что у ребенка что-то получается легко и ставить его в пример тем, кому это же дается значительно труднее.

Особенно остро встает вопрос о похвале в многодетных семьях. Если родители распределяют свое внимание между детьми неравномерно, то ребенок, которого мало «отмечают», может начать завидовать своим обласканным братишкам и сестренкам. Это, естественно, приводит к обострению конкурентной борьбы, соперничеству.

Слишком много восторгаются и умиляются поступком своих детей, изливая на них всю свою нерастраченную нежность, одинокие мамы. В результате малыш ожидает такого же отношения от других людей и очень тяжело переживает, когда не получает этого.

      Часто расхваливая вашего малыша без надобности, вы обесцениваете саму похвалу и приучите вашего ребенка к дешевому успеху. К тому же, вскоре ребенок вообще перестанет прислушиваться к вам и воспринимать со вниманием то, что вы ему говорите.

Так как же надо хвалить?

Детские психологи предлагают целый ряд рекомендаций для эффективной похвалы ребенка. Умело используя каждое из них в разных ситуациях, можно добиться поразительных результатов!

1. Хвалите ребёнка за конкретные действия. Старайтесь хвалить так, чтобы он понимал, что он именно сделал хорошо и почему вообще это хорошо. Например, если хвалите за то, что он нарисовал красивый рисунок, обратите внимание на детали: «Такое солнышко красивое у тебя получилось! И вон та птичка, как настоящая».Избегайте фраз вроде: *«Ты такой молодец! Настоящий художник!»*. Даже обращённая к маленькому ребёнку похвала должна быть адекватна ситуации. Важно хвалить действие, а не личность. Можно также указать на то, какую трудную задачу выполнил малыш, например: *«Это очень не просто – нарисовать птичку»*.

2. Подкрепляйте похвалу невербальными компонентами: улыбкой, объятием, поцелуем. Малыш должен чувствовать, что вы искренне обрадованы его действием, а не похвалили его, только чтобы *«отвязаться»*. К тому же психологи рекомендуют обнимать и целовать ребёнка не менее четырёх раз в день.

3. Не сравнивайте ребёнка с другими! Когда хвалите ребёнка, не надо указывать, что он сделал что-то лучше Васи, Пети, Маши. Не воспитывайте в нём чувство превосходства.

4. Не нужно хвалить за каждую мелочь, иначе смысл похвалы теряется. И этим вы рискуете, что через некоторое время ребёнок будет ожидать поощрения чуть ли не за каждое своё действие. А в случае, если не дождётся, будет в недоумении и растерянности.

5. Старайтесь различать в похвале, что ребёнку удаётся с лёгкостью, а что с трудом. Сильно не акцентируйте внимание на природных данных *(силе, гибкости и т. д.)* Напротив, обращайте внимание на достижения ребёнка, которые даются ему не без усилий. Хвалите его, если он старается и не сдаётся.

6. Не надо обещать ребёнку, что из него вырастет великий художник, танцор, певец, спортсмен. Подумайте, как в будущем он будет переживать, если ваши грандиозные ожидания не оправдались. Но это не значит, что нужно говорить ему: *«Тебе не добиться успехов в этом. У тебя нет способностей»*.

Рекомендации по правильному поощрению ребенка

1. Вместо оценочной похвалы использовать второй вариант словесного поощрения – одобрение.

 В одобрении не оценивается личность ребенка (хороший или плохой), а выражается отношение к его поступку или успеху. То есть лучшей реакцией на успехи или правильное поведение малыша будет просто выражение своих чувств. Для этого достаточно начать предложение с местоимения «Я» или «Мне», вместо «Ты».

 Вместо «Ты так хорошо рассказал стихотворение» – «Мне так понравилось, как ты рассказал стихотворение»

 «Ты молодец, что так сделал» превращается в «Я была очень рада, что ты так сделал».  «Я так счастлива, что у меня есть такой помощник, как ты!»

2. Выделите какую-нибудь деталь, которая вам особенно понравилась.

 - Смотри, какой я рисунок нарисовал!

 - Да, мне особенно понравилось, как ты нарисовал льва. Он у тебя получился такой веселый, прямо совсем, как тот лев из мультфильма…»

 Этот принцип, кстати, работает и со взрослыми, когда вы хотите отблагодарить за что-то или сделать комплимент.

 3. Сравнивать ребенка можно только самим с собой.

 «Я так рада, что сегодня ты быстрее убрала свои игрушки, чем вчера»,

 «Ты так аккуратно сейчас раскрасила рисунок, нигде за контур не вылезла, мне очень понравилось!»

4. Начните обучение любому навыку с поощрения.

 Вы хотите научить ребенка любому новому навыку: самостоятельно одеваться, убирать игрушки, сидеть не горбясь, быть смелым? Начните с поощрения!  Показали, как делать и попробовали сделать вместе, но не получилось? Все равно найдите мелочь, которую можно отметить, как достижение. Отмечайте дальше малейшие попытки достигнуть желаемого.

 «Я так рада, что ты сегодня сам вспомнил, что книжки надо убрать на место!»

 Пусть это будет внушением веры в себя, авансом, который потом обязательно окупится.

5. Каждое повышение требований начинайте с похвалы

 Ваш малыш уже мастерски орудует ложкой? И вы решили обучить его пользоваться вилкой? Перед тем, как повысить требования к малышу в любой сфере – отметьте сначала те достижения, которые у него уже есть в настоящий момент. Это придаст ему уверенности и мотивации двигаться дальше.

 «Как мне нравится смотреть, как ты ловко пользуешься ложкой. Но ложкой удобно есть кашу, а макароны – вилкой. Давай попробуем!».

6. Используйте завуалированное одобрение.  «Не могу справиться с этой пуговицей, помоги…», «Посоветуй, как сделать лучше…». Попросите у ребенка помощи или совета – это даст малышу ощущение, что он член семьи, к которому прислушиваются и чье мнение важно.

     ***Шеншина Т.В. педагог-психолог МБДОУ д/с № 100 сентябрь 2020 г***

Интернет – источники

[http://www.kakprosto.ru/kak-861824-kak-nuzhno-hvalit-rebenka#ixzz409j4DLll](https://www.google.com/url?q=http://www.kakprosto.ru/kak-861824-kak-nuzhno-hvalit-rebenka%23ixzz409j4DLll&sa=D&ust=1455649685972000&usg=AFQjCNF6vm2LmnY2yPPP2QHiId8cj6N32w)

[http://www.kakprosto.ru/kak-882692-kak-pohvalit-rebenka-ne-dopuskaya-oshibok#ixzz409jUawcP](https://www.google.com/url?q=http://www.kakprosto.ru/kak-882692-kak-pohvalit-rebenka-ne-dopuskaya-oshibok%23ixzz409jUawcP&sa=D&ust=1455649685974000&usg=AFQjCNF2wz4_P14R8cyjaRglLF_UR8CGOg)

<https://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2016/02/16/konsultatsiya-kak-hvalit-rebyonka>