

О ПОДДЕРЖКЕ И НАГРАДЕ

Психологическая поддержка — один из факторов, способных улучшить отношения между детьми и взрослыми. При недостатке или отсутствии поддержки ребёнок испытывает разочарование и склонен к проступкам, реактивным проявлениям.

— Я что, дрессировщик в цирке?! — недоумевала молодая мама на родительском собрании. — Сам должен понимать, что хорошо, что плохо. А кусочек сахара — скорее для лошади на арене...
Может, она права? Может, поддержка ребёнка и одновременно награда — это само удачно сделанное дело, после которого непременно возникнет удовлетворение? Разберёмся вместе.

Чтобы научиться поддерживать ребёнка, возможно, придётся изменить привычный стиль общения и взаимодействия с ним. Вместо того чтобы обращать внимание прежде всего на ошибки и нетерпимое поведение ребёнка, взрослому придётся сосредоточиться на позитивной стороне его поступков и поощрении того, что он делает.

Поддерживать ребёнка — значит верить в него. А он нуждается в поддержке не только тогда, когда ему плохо, но и когда ему хорошо.

Поддержка основана на вере в прирождённую способность преодолевать жизненные трудности при поддержке тех, кого мы считаем значимыми для себя. Но мы не сможем оказывать поддержку до тех пор, пока сами не научимся принимать себя и не достигнем самоуважения и уверенности.

Оказывая поддержку, взрослый, сам того не ведая, может разочаровать ребёнка, сказав ему, напри-

мер: «Ты мог бы и не пачкаться!», «Мог бы быть и поосторожнее!», «Посмотри, как твой брат хорошо сделал это!», «Ты должен был смотреть, когда это делал я!» Негативные замечания родителей не имеют действия. Постоянные упрёки типа: «Ты мог бы сделать это лучше» приводят ребёнка к выводу: «Какой смысл стараться? Всё равно я ничего не могу. Я никогда не смогу удовлетворить их. Я сдаюсь».

Взрослые должны научиться видеть естественное несовершенство человека. Для этого надо знать, какие факторы в школе, семье, детском саду, в более широком окружении ребёнка способны привести к разочарованию. Вот они:
— завышенные требования родителей;
— соперничество братьев и сестёр;
— чрезмерные амбиции ребёнка.

Если родители ожидали, что ребёнок будет в детском саду «самым способным», то они ожидают от него того же и в школе. Ребёнка, умеющего хорошо кувыркаться, хотят в будущем видеть гимнастом-чемпионом.

Что касается братьев и сестёр, то родители могут непреднамеренно противопоставлять детей друг другу, сравнивая блестящие успехи одного с бледными достижениями другого. Такое соперничество может привести к жестокому разочарованию и разрушить некогда хорошие взаимоотношения.

Чрезмерность амбиций ребёнка отчётливо проявляется, например, когда он, плохо играя в какую-то игру, отказывается принимать в ней участие. Часто ребёнок, не способный выделиться посредством чего-то позитивного, начинает вести себя вызывающе или превращается в «камень на шее» всего класса.

Существуют ложные способы, так называемые «ловушки поддержки». Это: гиперопека, создание зависимости ребёнка от взрослого, навязывание нереальных стандартов, стимулирование соперничества со сверстниками. Эти методы приводят только к переживаниям, мешают нормальному развитию личности.

Поддержка взрослыми ребёнка должна основываться на подчёркивании его положительных сторон. Случается, что поведение ребёнка нам не нравится. Именно в такие моменты нужно предельно чётко показать, что, «хотя и не одобряю твоего поведения, я по-прежнему уважаю тебя как личность». Например, если ребёнку не удаётся вести себя так, как хотелось бы учителю, — именно учитель должен помочь понять, почему так происходит. Необходимо показать, что неудача ни в коей мере не умаляет его личных достоинств. Важно, чтобы взрослый научился принимать ребёнка таким, какой он есть, включая все его достижения и промахи, а в общении с ним — учитывать значение таких вещей, как тон, жесты, выражения.

В течение дня взрослые имеют немало возможностей для создания у ребёнка чувства собственной полезности и адекватности. Один путь состоит в том, чтобы продемонстрировать ребёнку ваше удовлетворение от его достижений или усилий. Другой путь — научить справляться с различными трудностями. Этого можно достичь, создав установку: «Ты можешь это сделать».

Даже если ребёнок не вполне успешно справляется с чем-то, взрослый должен дать ему понять, что чувства не изменились.

Воспитательная ТЕХНОЛОГИЯ

Портфель психолога

Для этого можно использовать такие высказывания:

— Мне было очень приятно наблюдать за происходящим.

— Даже если что-то произошло не так, как тебе хотелось, это было хорошим уроком.

— Все мы люди, и все совершаем ошибки. В конце концов, исправляя свои ошибки, ты тоже учишься.

При виде достойного человека думай о том, чтобы сравняться с ним, а при виде недостойного — исследуй самого себя (из опасения, как бы у тебя не было таких же недостатков).

Конфуций

По выражению одного из родителей, это подобно прививке от неудачи и несчастья.

Родитель должен показать, что ребёнок является важным членом семьи и значит, чем все связанные с ним проблемы.

Взрослые часто сосредоточены на прошлых неудачах и используют их против ребёнка. Примерами такого оценивания являются утверждения типа: «Когда у тебя была собака, ты забывала кормить её, а когда ты занималась музыкой, то бросила уроки через 4 недели. Так что я не думаю, что тебе имеет смысл заняться танцами». Такой акцент на прошлом может породить у ребёнка ощущение преследования. Он может решить: «Нет возможности изменить мою репутацию, так что пусть меня считают плохим».

Для того чтобы показать веру в ребёнка, взрослый должен иметь мужество и желание:

— забыть о прошлых неудачах ребёнка;

— помочь обрести уверенность в том, что он справится с задачей;

— позволить ребёнку начать с нуля, опираясь на то, что взрослые верят в него, в его способность достичь успеха;

— помнить о прошлых успехах и возвращаться к ним, а не к ошибкам.

О поддержке и награде

Очень важно создавать ребёнку ситуации с гарантированным успехом. Например, выбрать те задания, с которыми ребёнок, с точки зрения учителя, способен справиться, и дать ему возможность продемонстрировать свой успех классу и родителям. Успех порождает успех и усиливает уверенность в своих силах, причём как у ребёнка, так и у взрослого.

Подведём итоги. Чтобы поддержать ребёнка, необходимо:

- Опирайтесь на сильные стороны ребёнка.
- Избегать подчёркивания промахов ребёнка.
- Показывать, что вы удовлетворены ребёнком.
- Уметь и хотеть демонстрировать любовь и уважение.
- Помочь ребёнку разбить большие задания на более мелкие — такие, с которыми он может справиться.
- Проводить больше времени с ребёнком.
- Внести юмор во взаимоотношения с ребёнком.
- Знать обо всех попытках ребёнка справиться с заданием.
- Позволить ребёнку самому решать проблемы, где это возможно.
- Избегать дисциплинарных поощрений и наказаний.
- Принимать индивидуальность ребёнка.
- Проявлять веру в ребёнка.
- Демонстрировать оптимизм.

Что может ранить острее тупого равнодушия!

С. Балакин

Помните, что существуют слова, которые поддерживают ребёнка, и слова, которые

разрушают его веру в себя.

Таковы, например, *слова поддержки*:

- Зная тебя, я уверен: ты всё сделаешь хорошо.
- Ты делаешь это очень хорошо.
- У тебя есть некоторые соображения по этому поводу. Готов ли ты начать?
- Это серьёзный вызов, но я уверен, что ты готов к нему.

А вот слова разочарования:

- Ты мог бы сделать это намного лучше.
- Это никогда не сможет быть сделано.
- Это для тебя слишком трудно, поэтому я сам это сделаю.

Взрослые часто путают поддержку с похвалой и наградой. Похвала может быть, а может и не быть поддержкой. Например, слишком щедрая похвала может показаться ребёнку неискренней.

Психологическая поддержка основана на том, чтобы помочь ребёнку осознать свою нужность. Различие между поддержкой и наградой определяется временем и эффектом. Награда обычно выдаётся ребёнку за то, что он сделал что-то очень хорошо, за какие-то его достижения. Поддержка, в отличие от похвалы, может оказываться при любой попытке или небольшом прогрессе.

Когда я выражаю удовольствие от того, что делает ребёнок, — это поддерживает его и помогает продолжать дело или совершать новые попытки.

Поддерживать можно посредством:

- отдельных слов («красиво», «аккуратно», «прекрасно», «здорово», «вперёд», «продолжай»);
- высказываний («Я горжусь тобой», «Мне нравится, как ты работаешь», «Это действительно прогресс», «Я рад твоей помощи», «Спасибо», «Всё идёт прекрасно», «Хорошо, благодарю тебя», «Я рад, что ты в этом участвовал», «Я рад, что ты пробовал это сделать, хотя всё получилось вовсе не так, как ты ожидал»);
- прикосновений (потрепать по плечу, дотронуться до руки, приблизить своё лицо к его лицу, обнять его);
- совместных действий, соучастия (сидеть, стоять рядом с ребёнком, мягко вести его, играть с ним, слушать его, есть вместе с ним);
- выражения лица (улыбка, подмигивание, кивок, смех).