КАК ПРАВИЛЬНО ХВАЛИТЬ РЕБЁНКА?

   Когда мы даем ребёнку обратную связь на какие-либо действия или поступки, мы зачастую делаем это автоматически, даже не задумываясь.    Так, например, ребёнок регулярно слышит от родителей обратную связь в виде штампов вроде «молодец» или «ты как всегда» в ответ на самые различные свои действия. И если фраза «молодец» просто не несёт никакого положительного влияния, то постоянно говоря своему ребёнку «ты как всегда», вы рискуете его сильно ранить.    Но обратная связь для ребёнка может и должна быть поддерживающей и мотивирующей, благодаря чему он сможет адекватно оценивать свои действия и сохранить хорошую самооценку!

    Приведем конкретную схему. Что конкретно хвалить и оценивать? 1. Старания ребёнка. 2.  Приложенные усилия. 3. Время, потраченное на выполнение задания. 4. Качество и характеристики работы, выполняемой ребёнком. Важно: Хвалить искренне. Разделять успех и личные качества ребёнка (нельзя говорить: "ты это сделала хорошо, потому что ты умная"). Не преувеличивать заслуги ребёнка. Использовать косвенные похвалу и благодарность.

Например: «У тебя получился чудесный рисунок! Я видела, как ты старалась. Сколько ты приложила усилий. Так здорово подобрала цвета. Мне захотелось повесить твой рисунок на стену! Ты - умница!»

Или: «Ты сама отнесла тарелку в раковину без напоминания! Я так рада! ты у меня совсем большая стала».

Слова поддержки принятия и комплименты лучше говорить так:

Без усиления «самая» и «лучшая из всех».

Делая упор на уникальные качества ребёнка.

Девочкам обязательно говорить комплименты относительно внешности.

**А как реагировать, если ребёнок делает то, что нам не нравится?**

Через «Я-сообщение» необходимо:

Озвучить свои чувства.

Назвать причину без «ты».

Выразить желание.

Например: «Мне неприятно повторять несколько раз, я бы хотела чтобы меня слушали и слышали с первого раза».

Или: «Я раздражаюсь, когда игрушки разбросаны по всей комнате, мне хочется чтобы в нашем доме поддерживался порядок».

**Как критиковать конструктивно:**

-       Отметить сильные стороны в поступке, намерении ребенка;

-       Обозначить слабые зоны через призму развития и улучшения;

-       Выразить уверенность в том, что следующая попытка будет еще лучше, чем предыдущая.

 **Что делать не нужно**:

Сравнивать с другими.

Оказывать непрошенную помощь.

Связывать “хорошесть” ребенка, его ценность с его достижениями.

Ориентировать ребенка на мнение других.

Стыдить и запугивать.