

j_larisa@mail.ru

КАК ВЫРАСТИТЬ ИЗ РЕБЕНКА ПОБЕДИТЕЛЯ

Если внимательно исследовать секрет любого успешного дела, то окажется: его создатели прежде всего не отступали перед трудностями. Качества эти, конечно, родом из детства. Как воспитывать ребенка, чтобы он не отходил в сторону, когда что-то не получается, а пробовал снова и снова?



Маленькие дети каждый день встречаются с самыми разными трудностями: это первые шаги, осваивание горшка и попытки самостоятельно что-то написать или прочесть. Исследования при этом показывают, что уже в столь нежном возрасте настойчивость и привычка не отступать во многом определяют, насколько цельным и успешным будет маленький человек, когда вырастет. Как же быть, если ваш ребенок явно не из числа тех, кому во что бы то ни стало важно добиться результата? И как бы вы ни убеждали его самостоятельно одеться или



написать свое имя, с большой вероятностью получите ответ: «Не-е-е, я не могу!» В результате все мирные переговоры заканчиваются его слезами и вашим срывом. Знакомая многим картина, не правда ли? И хотя у детей разные темпераменты и это важно учитывать, тем не менее наши эксперты уверены: любому ребенку можно помочь прежде всего поверить в себя и свои силы.

Осторожнее с восторженными оценками

Оказывается, наше искреннее желание мотивировать ребенка, внушая ему, что он все делает превосходно, порой может играть против него. И щедрый поток родительских комплиментов: «Какой превосходный рисунок!», «Ты отлично пишешь буквы», «Вот умница, что сам оделся», когда мы частенько еще и лукавим, выдавая желаемое за действительное, в результате формирует ложную мотивацию. Ребенок начинает ожидать похвалы за любые действия. И отказывается выполнять задания, если его лишают приятных слов и связанных с этим эмоций. Как только возникает занятие, которое требует дополнительных усилий, малыш, не получая немедленного подтверждения своей успешности, с легкостью отступает. Ведь проще делать лишь то, что уже хорошо знакомо, чтобы, как и прежде, вырезать из бумаги «самые аккуратные цветы» или «лучше всех собирать конструктор» и получать похвалу.

«Если ребенок что-то делает хорошо, вместо обычного: «Ты такой молодец!» – лучше сказать: «Смотри, ты отлично потрудился, и поэтому все удалось, – говорит профессор психологии университета Стэнфорда Кэрл Двэг. – Необходимо, чтобы ребенок понимал: отличный результат связан с тем, что он приложил определенные усилия».

Детям, конечно же, важно ощущать, что родители их ценят и поддерживают. Но и нам, в свою очередь, необходимо адаптировать их к реальности, которая полна трудностей.

«Если поощрять исключительно те занятия, которые даются малышу легко, не настаивая на более сложных заданиях, это дезориентирует его, – считает доктор Двэг. – Он начнет считать, что все в жизни должно получаться



исключительно легко и играючи. Если же у ребенка что-то не клеится, ободрите его словами: «У тебя непременно все получится, надо только снова попробовать». Не оставляйте его при этом одного – помогите ему справиться с трудной задачей. Даже если у малыша не сразу что-то получается, ему важно знать, что вы все равно верите в его успех».

Разбивайте сложные задания на простые этапы

Обучая ребенка чему-то новому, разбивайте задания на составные части. Это поможет ему учиться в будущем самому составлять план работ. Концентрация же на небольших заданиях, которые выглядят вполне по силам, в свою очередь снимает тревогу и напряжение, отчего главная цель не будет казаться ему такой невыполнимой и пугающей. Если малыш впервые собирает пазл, покажите ему, что сначала можно, например, выбрать угловые детали, потом рассортировать их по цвету. Эта стратегия отлично применима практически ко всем знаниям и навыкам, которым вы хотите обучить ребенка.

«Моя дочка быстро теряет интерес, если у нее не получается все и сразу, – говорит Марина, мама четырехлетней Ани. – Но я стала делить все задания на маленькие фрагменты и закреплять их в игре. Больше не говорю ей: «Давай-ка посчитаем до сорока», а предлагаю попрыгать на одной ноге по пять-шесть раз, потом посчитать, сколько раз прыгаю я. Затем сложить эти числа и собрать такое же количество веточек, а потом найти еще столько же камней и все снова посчитать. Дочка поверила в свои силы и занимается с удовольствием».



Дайте ему право на ошибку

Страх потерпеть неудачу часто тормозит детей и мешает им пробовать нечто новое. Очень важно объяснить им, что ошибки – естественный процесс познания, а наша жизнь состоит не только из успехов, но и из поражений. Да, это бывает неприятно и больно бьет по самолюбию, но важно не отчаиваться и всегда смотреть вперед. Тут на помощь придут персонажи любимых книг и мультфильмов. Перечитайте ребенку «Снежную королеву»: Герда попадала в сложные и опасные ситуации, но не испугалась трудностей на своем пути и в конце концов спасла Кая. «Приключения Буратино» построены на частых промахах главного героя, который проходит через множество испытаний, но становится смелым и находчивым и добивается своего. Обращайте внимание детей на эту линию их любимых сюжетов. Вы также можете почаще играть в состязательные игры, в которых невозможно постоянно быть только победителем.

«Мы всей семьей играем в любые игры: лото, хоккей, мяч, придумывание слов – главное, чтобы всегда был победитель и побежденный, – говорит Алиса, мама семилетнего Игоря и пятилетней Инны. – Раньше сын очень



расстраивался, если другой ребенок обходил его в успехах и отказывался продолжать занятия. По совету школьного психолога я специально ввела игры, где надо соревноваться, в рутину каждого дня. И постепенно Игорь стал спокойнее относиться к тому, что выигрыши и проигрыши – категории переменчивые».

Зажгите в нем интерес

Большинство детей дошкольного возраста увлечены любимыми персонажами: пиратами, динозаврами, принцессами. И бесконечные просьбы почитать о них книжку, посмотреть мультик, купить в образе игрушек или принтов на пижамке – постепенно склоняют родителей к тому, чтобы отвлечь чадо от этого бессмысленного, как им представляется, хобби. Не стоит! – уверены детские психологи. Благодаря своим любимцам малыш охотнее будет усваивать все те знания, которым вы хотите его научить. Желание прочесть о персонаже что-то новое может склонить ребенка к тому, чтобы поскорее научиться самостоятельно читать.

«Это повод нам, родителям, не сердиться, а самим включить фантазию, – считает американский психолог и писатель Джон Тейлор. – Любимого героя можно поместить в самые разнообразные обстоятельства, сочинив об этом свой рассказ, благодаря чему ребенок с огромным интересом выслушает и хорошо запомнит что-то из области истории или географии».

Напоминайте об успехе

Если настойчивость и терпение становятся частью характера вашего малыша, то эти качества будут проявляться во всех его занятиях и увлечениях. «Постепенно ребенок поймет, что невозможно быть во всем первым, – говорит Джон Тейлор. – Игра в теннис может даваться ему легче, чем решение примеров по математике, и это естественно. Но привычка подниматься над собой и прилагать максимум возможных усилий приучит его всегда стремиться к наилучшему результату. Опыт успешности важно культивировать и в трудную минуту напоминать об этом».



Эту тактику применила на практике Марина. «Когда я привела сына в бассейн, ему не нравилось выполнять все задания тренера, – рассказывает она. – Но я убеждала его быть настойчивым – ведь летом мы полетим к морю, и он сможет самостоятельно плавать и нырять. Эта перспектива склонила его к тому, чтобы не бросать тренировки. Сейчас Миша отлично плавает».

Станьте хорошим примером

Будьте с детьми откровенны – им важно видеть, что и у вас бывают трудности, с которыми приходится иметь дело. «Попадая в тяжелые для себя ситуации, нам инстинктивно хочется оградить детей. Однако наш собственный родительский пример того, как мы справляемся с неприятностями, крайне им важен, – считает детский психолог Ольга Симакова. – Разумеется, не стоит посвящать детей в подробности, которые могут восприниматься как угроза безопасности их собственного мира – ведь ребенок отождествляет свое благополучие со стабильностью взрослых. Важно лишь показать, что и трудности – неотъемлемая часть жизни и вы умеете с ними справляться».

«Когда у меня были неприятности на работе, – рассказывает Вера, – я решила честно признаться ребенку, что у меня тяжелая полоса. Но я также сказала, что не буду мириться с этим и постараюсь как можно скорее найти новую работу, где мне будет интересно. Когда же я ее нашла, мы с сыном отпраздновали это в кафе». «Очень хорошо, что на примере мамы мальчик видел: если ситуация не устраивает, важно менять положение вещей, – комментирует эту ситуацию Ольга Симакова. – Ведь дети смотрят на нас и опираются на тот опыт, который получают в своей семье от самых близких людей». Именно поэтому наш собственный пример всегда будет для ребенка убедительнее и важнее голословных призывов быть целеустремленным и настойчивым».