

4 шага для развития потенциала ребёнка

Последние исследования психологии привязанности говорят о том, что развитие происходит из точки покоя. Это значит, что ребёнок тянется к знаниям и показывает, на что способен, когда у него надёжный тыл. Если родители ссорятся, тяжело болеет близкий, в семье появился младенец или взрослые полностью поглощены работой, ребёнок тревожится и не может сосредоточиться на учёбе.



Первый шаг

Мир в семье и поддержка значимых взрослых. Не все проблемы удаётся решить сразу, но важно говорить с ребёнком о ваших чувствах и ожиданиях и выслушивать его каждый день.

Возможно, вы захотели пренебречь этим пунктом и найти что-то более существенное. Не торопитесь, 10 минут разговора по душам перед сном помогут вам поддерживать доверительные отношения с сыном или дочерью и дать им основу для мощного старта.



Второй шаг

Положительное внимание. Это будет непросто, если школьная учительница подчёркивала красным цветом ошибки в ваших собственных тетрадях, отнимала из «пятёрки» баллы за все неверные ответы и помарки. «Вычитательный» подход угнетает интерес ученика.

Ребёнок сосредотачивается на том, что вы подчёркиваете, будь то красная паства, насмешливая интонация или громкий голос. Нужно реже указывать на ошибки и чаще хвалить. Меньше критиковать и больше напоминать, каких поступков вы ждёте.

Сравните «Нельзя бегать» и «Можно спокойно идти», «Нельзя есть грязными руками» и «Можно есть чистыми руками».

Когда вы бурно реагируете на то, что неправильно делает ребенок, вы привлекаете повышенное внимание к этой ситуации. Ребёнок чувствует, что он в центре события. Ему это нравится. Таким образом, он начинает понимать, что если сделать нечто подобное, то мама или папа обратят на меня внимание. И здесь задача родителей – подкреплять то, что вы хотите усилить в его поведении. А то, чего бы не хотелось, оставляйте в «тени», за кадром. Не акцентируйте на это внимание. В этом заключается позитивный формат взаимодействия с ребенком. Усиливаем хорошее, уменьшаем нежелательное поведение.



Третий шаг

Право на ошибку. Успех – это малая толика таланта и огромное упорство в достижении цели. Но высокие результаты и признание не случаются сразу. Нужно сделать много ошибок, суметь признать и исправить их. Только так достигают выдающихся результатов.

Если ребёнок оплошал, не стоит ругать и строго наказывать. Пусть ответит на несколько вопросов:

- «Что произошло? (факт)» вместо того «Почему это произошло?» (причина);
- «Чему меня это научило?» вместо того «Кто виноват?»;
- «Что можно сделать по-другому?» вместо того «Какие у меня теперь проблемы и что не так?».

Например, ребёнок не выучил уроки. Вместо вопроса: «Почему ты не выучил уроки?» и разговоров о последствиях, спросите «Как ты можешь сейчас быстро сделать уроки?», «Чему научила тебя эта история?», «Что в следующий раз ты сделаешь по-другому?», «Что тебя может поддержать? Или кто тебе может помочь в этом?».



Четвёртый шаг

Позитивное мышление и объективное оценивание. Обращайте внимание на то, насколько измеримо, достижимо и определено по времени звучит ваше высказывание — просьба или вопрос.

Например, сравните: *«Пожалуйста, убери в своей комнате!»*

Добавим конкретности: *«Пожалуйста, поставь на полку книги и повесь одежду в шкаф».*

Добавим измеримости: *«Поставь, пожалуйста, на полку все 4 книги со стола и повесь пиджак, брюки и рубашку в шкаф».*

Добавим определенности по времени: *«Поставь, пожалуйста, на полку все 4 книги со стола и повесь пиджак, брюки и рубашку в шкаф до обеда».*

Это позволяет детям и родителям согласовать ожидания и прояснить критерии, например, уборки в комнате. Ведь убрать в комнате для мамы и сына значит не одно и то же. Тем самым мы учимся понимать друг друга.

Задайте ребёнку вопрос: «А как ты поймёшь, что в комнате порядок?». И тогда можно сравнить представления о порядке ребёнка, соотнести с вашим представлением и договориться, что же такое порядок для вас обоих.

Жизнь вашей семьи станет более простой и радостной, когда вы начнёте вырабатывать эти новые привычки в общении с ребёнком. Тёплые доверительные отношения в семье — это самое главное для школьника. Когда дома всегда поймут, поддержат и помогут, можно сосредоточиться на учёбе. О других факторах поговорим в следующем письме.

Оцените, насколько вам удаётся создавать благоприятные условия для развития ребёнка. Ответьте на каждый вопрос «Да» или «Нет» и посчитайте количество положительных ответов.

1. Жизнь нашей семьи можно назвать спокойной, размеренной, предсказуемой.
2. Нам удаётся поговорить с ребёнком наедине практически каждый день.
3. Я обнимаю своего ребёнка каждый день.
4. Я горжусь своим ребёнком и каждый день хвалю его за успехи в учёбе, помощь по дому и в делах, которые важны для него.
5. Если мне не понравился поступок ребёнка, говорю прямо, но при этом отмечаю и положительные моменты.
6. Бурные споры с ребёнком, обвинения и хлопанье дверьми в нашей семье — из ряда вон выходящий случай.
7. Когда мы договариваемся с ребёнком о чём-то, у нас практически не бывает непонимания, и он всё выполняет так, как я ожидаю.

Если вы ответили «Да» менее четырёх раз, попробуйте применить приёмы, о которых мы рассказали. Потребуется от одной недели до месяца, чтобы вы увидели, как отношения в семье начнут меняться в лучшую сторону.

По материалам открытого занятия Натальи Клеймюк, кандидата педагогических наук.