

ХАНАКО СИМАМУРА

3-12
лет

140 000
экземпляров
продано
в Японии

перевод Натальи Румак



НА ПРАВ ЛЯТЬ,

2600
отзывов
на Amazon

а НЕ РУГАТЬ



Как общаться с ребенком,
чтобы он вырос самостоятельным
и уверенным в себе

МИ∞

СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие	8
Глава 1. Ребенок меняется в зависимости от того, как к нему обращаются родители	15
Неужели похвала может лишить ребенка самостоятельности?	17
Пугающие недостатки «воспитания с условиями»	22
Пять условий безусловного воспитания	25
Первый принцип безусловного воспитания: обращайтесь внимание на то, как вы хвалите и ругаете ребенка	27
Второй принцип безусловного воспитания: пересмотрите свой взгляд на ребенка (его образ)	27
Третий принцип безусловного воспитания: станьте хорошим лидером для ребенка	33

Четвертый принцип безусловного воспитания: еще раз подумайте о своих требованиях к ребенку	34
Пятый принцип безусловного воспитания: имейте долгосрочную цель воспитания	36

Глава 2. Как хвалить ребенка, чтобы он стал самостоятельным	39
Будьте осторожны с беспечным «хвалить, чтобы развивать»	41
Три вида похвалы: какой верный?	42
Четыре причины, по которым не стоит использовать шаблонную похвалу и «похвалу личности»	44
Три важных аспекта похвалы	49
Пример 1. Когда ребенок красиво написал буквы	56
Пример 2. Когда ребенок помог	58
Пример 3. Когда ребенок по-доброму отнесся к другу	60
Пример 4. Когда хвалите внешний вид ребенка	62

Пример 5. Когда ребенок самостоятельно оделся	64
Пример 6. Когда ребенок нарисовал папин портрет	66
Пример 7. Когда ребенок самостоятельно сходил в туалет	68
Пример 8. Когда ребенок смог перейти дорогу	70
Пример 9. Когда получилось хорошо выступить	72
Пример 10. Когда ребенок получил хорошую оценку за тест	74

Глава 3. Как ругать ребенка, чтобы он стал самостоятельным

Четыре причины, по которым не стоит использовать порицание для наказания	79
Две ловушки похвалы и порицания	82
Четыре важных аспекта правильного порицания	85
Как правильно ругать — 1: по возможности не используйте слова «нельзя!», «не так!»	86

Как правильно ругать — 2: обращайте внимание не на результат, а на усилия	88
Как правильно ругать — 3: объясняйте причины нежелательного поведения	89
Как правильно ругать — 4: честно объясняйте свои родительские чувства	90
Пример 1. Когда ребенок изрисовал стену	96
Пример 2. Когда ребенок не может сидеть спокойно	98
Пример 3. Когда ребенок баловался с коробкой салфеток	100
Пример 4. Когда ребенок разбросал вещи по комнате	102
Пример 5. Когда ребенок пролил сок	104
Пример 6. Когда ребенок капризничает в магазине	106
Пример 7. Когда ребенок ударил друга	108
Пример 8. Когда ребенок получил плохую оценку за тест	110
Пример 9. Когда ребенок не делает домашнее задание	112

Пример 10. Когда ребенок вернулся позже установленного времени	114
Глава 4. Привычка прислушиваться укрепит вашу связь с ребенком	117
Активное слушание поможет ребенку расти свободно	119
Четыре важных аспекта активного слушания	122
Попробуйте применить активное слушание	126
Семь привычек, вызывающих конфликты с ребенком	131
Семь привычек, укрепляющих связь с ребенком	135
Глава 5. Как поступить?	
 Ответы на вопросы	141
 Заключение	164
К воспитанию без насилия над собой	164
Родители — тоже люди. Не нужно стремиться все сделать идеально	170
 Библиография	173
 Об авторе	182

ПРЕДИСЛОВИЕ

И дома, и в образовательных учреждениях встает вопрос о том, как хвалить и ругать ребенка: это очень сложная проблема, многие ломают над ней голову.

Вам доводилось задумываться над тем, как именно вы хвалите или ругаете ребенка? А может, вы используете такие слова неосознанно?

ХВАЛИМ

«Молодец!»

«Отлично! У тебя талант!»

«Сразу видно — старший братик (старшая сестричка)!»

РУГАЕМ

«Я же сказал(а): нельзя!»

«А ну-ка быстро ...!»

«Мы же договорились!»

Оказывается, способы поощрения и порицания серьезно влияют на наши отношения с детьми и на то, какими они растут. Возможно, низкая самооценка у детей (считается, что в Японии это частое явление) возникает не потому, что их недостаточно хвалили в силу культуры скромности, а потому, что их поощряли и ругали неэффективно.

Работая в системе образования Монтессори* в Канаде, я на своем опыте убедилась не только в том, что «награда» и «наказание» равноценны, но и в том, что для ребенка в них нет никакой необходимости.

Если ваше чадо действует, чтобы получить поощрительную наклейку или избежать наказания от взрослого, крайне сложно распознать его любознательность и интерес.

В самом начале своей деятельности в сфере образования я как-то похвалила ребенка, который быстро справился с порцией букв: «Вот это да! Как ты быстро написал!» С того момента ре-

* Метод или система Монтессори — педагогическая система, основанная на создании такой среды, которая способствует самостоятельному развитию ребенка. Назван так по имени Марии Монтессори, итальянского педагога и врача. *Здесь и далее прим. пер.*

бенок стал каждый раз стремительно заканчивать работу, чтобы показать ее мне. Он больше не старался выполнить задание так, как ему нравится, и сосредоточился лишь на том, чтобы скорее завершить его ради моей похвалы.

Так мой опыт педагогического работника позволил мне заметить, что награда через похвалу, как и наказание, даже когда вы делаете это неосознанно, может стать способом управления действиями и внешней мотивацией ребенка, поехой тому, что он на самом деле хочет сделать.

Мне стала интересна внутренняя мотивация детей, и я, поставив точку в своей педагогической деятельности, отправилась в Англию, чтобы заняться исследованием эффективных способов поощрения, основанных на теориях мотивации. Серьезный интерес вызывали у меня и другие образовательные методы помимо Монтессори, поэтому я проводила исследования, посвященные результатам системы Реджо Эмилия*.

* Метод или система Реджо Эмилия — педагогическая система, предусматривающая для детей возможность самостоятельного обучения и развития, нацеленная в том числе на установление эффективного взаимодействия между детьми, педагогами, родителями и образовательной средой. Названа

Методы серьезно отличаются друг от друга на микроуровне, например учебными планами, но очень похожи на макроуровне тем, что в их основе — абсолютное уважение и почтение к ребенку.

И метод Монтессори, и метод Реджо Эмилия рассматривают каждого ребенка не только как всемогущего ученика, которому способности даны с рождения, но и как полноправного гражданина. Такое восприятие детей взрослыми, такой взгляд на них стали основой обоих методов. Рассматривая ребенка как отдельного гражданина, взрослый, чтобы развить его самостоятельность, желание «сделать самому», отступает в сторону и занимается созданием среды, в которой малыш может удовлетворить свою страсть к исследованиям. Воспринимая его как гражданина, наделенного правами, взрослый уважает его мнение, общается с ним, не забывая, что сам тоже скромный ученик.

Итак, взгляд взрослых на детей влияет не только на способ общения с ребенком, но и на концепции образования, на роль взрослого.

так в честь итальянского города Реджо Эмилия, где впервые был использован инновационный подход в воспитании детей, разработанный психологом Лорисом Малагуцци.

И когда взрослый, наряду с образованием, говорит и о воспитании детей, он должен спрашивать себя, не навязывает ли ребенку невольно свое видение «успеха», не общается ли с ним, выставляя «условия», поскольку это необходимо для воспитания, — например, выторговывая привязанность.

Что же такое система образования, в которой принято хвалить и ругать так, чтобы это пошло на пользу ребенку, а не удовлетворяло эго взрослого? И что же такое воспитание детей, не навязывающее им надежды и оценки взрослых? Как дошкольный педагог и ученый, занимающийся вопросами развития детей, я взялась за написание этой книги, желая поделиться с читателями эффективными способами общения, основанными на образовательных теориях и результатах исследований.

Эта книга не только объясняет, почему «молодец», «отлично», «потрясающе» и «нет», «нельзя» оказывают негативное влияние на ребенка, но и знакомит вас с принципами общения без использования этих привычных выражений. Также я расскажу о принципах и методах безусловного внимания, направленных на ребенка в целом и не превращающих привязанность в награду.

Осознав и чуть-чуть изменив привычные слова, которыми, не задумываясь, обычно хвалят или ругают детей, вы сможете укрепить свою связь с ними. А чуть-чуть пересмотрев свой взгляд на ребенка, вы, возможно, поймете, как перейти от обусловленного внимания к безусловному. Я буду счастлива, если книга, которую вы держите сейчас в руках, поможет вам в воспитании и обучении детей.

Здесь говорится о способах поощрения или порицания детей в возрасте 3–12 лет.