

detkityumen.ru

Кнут или пряник: можно ли перехвалить ребенка?

Разбираемся с экспертом форума "Семья", как разбудить и поддержать детский интерес

Все современные родители хотят, чтобы их дети были увлеченными, замотивированными и показывали хорошие результаты по всем направлениям. Однако многие замечают, что ребенок быстро теряет интерес ко всякому новому занятию, которое так и не переходит в разряд любимых. От чего загораются и гаснут глаза подрастающего поколения, как разбудить в детях интерес и помочь им найти занятие по душе, рассказали на областном форуме "Семья".

В роли спикеров образовательной площадки "Семейная психология" традиционно выступили опытные практикующие детские, подростковые и семейные психологи, в том числе столичные эксперты, специально приехавшие в Тюмень из Санкт-Петербурга, чтобы принять участие в работе форума "Семья" и обсудить с родителями самые актуальные проблемы.

- Когда мы формируем список тем для спикеров образовательных площадок в секции "Психология", то предварительно изучаем вопросы, волнующие родителей в данный момент времени: мониторим интернет-форумы, паблики, социальные сети. Также мы советуемся с самими психологами, потому что именно у них можно получить самую свежую информацию по запросам, с которыми к ним обращаются. И только на основании собранной информации компонуем содержание программы для нового форума. Бывает так, что наши спикеры сами предлагают темы для своих лекций, говоря о том, что это сейчас очень важно и востребовано, и мы, конечно же, прислушиваемся, ведь исходим прежде всего из интересов своей аудитории, а это в первую очередь родители и дети, – рассказывает руководитель семейного проекта "Создавая будущее", организатор областного форума "Семья" Елена Кашкарова.

Иван Кулаков, детский психолог, тренер, тьютор из Санкт-Петербурга.

Огонёк интереса

Интерес можно сравнить с маленькой робкой искрой, из которой может разгореться пламя, но которая может и потухнуть. Чтобы разжечь огонь, требуется усилие и определенные благодатные условия для этого, подчеркивает эксперт:

- Если говорить об интересе, я бы выделил два основных фактора, способных его поддерживать. Первый – это удовольствие, испытываемое во время занятий чем-либо. Это эмоциональный фон, позитивные эмоции, которые рождаются от того, что мы чем-то занимаемся, что-то делаем. И второе важное условие – это позитивная обратная связь, подтверждающая, что у нас это получается. Согласитесь, сложно представить, что кто-то захочет заниматься той деятельностью, которая не вызывает позитивных эмоций и успехи в которой не подтверждаются, а, скажем, нам, наоборот, говорят, что у нас не получается, или мы сами это понимаем. Таковы основные условия поддержания интереса, а все остальные – плавающие факторы.

Важен и родительский пример, способный зажечь детский интерес, глядя на который, ребенок может чем-то заинтересоваться. Для формирования интереса первостепенную роль играет раннее детство:

- Любопытство, свойственное ребенку на ранних этапах развития, важно поддерживать разными способами. Любознательность формируется очень рано. И родители могут на это влиять, расширять сферу детских интересов, предлагая варианты, оплачивая разные кружки, если речь о дошкольнике. Но на границе с подростковым возрастом это приобретает несколько другие формы. И начиная лет с одиннадцати-двенадцати, важно не переоценить родительские усилия, потому что мы уже влияем не на многое, если не сказать больше – ни на что не влияем. И здесь в дело вступает огромное количество случайных факторов и мелочей, которые могут повлиять на дальнейшие интересы и деятельность.

"У тебя получилось!.." или Как важна позитивная обратная связь

Человек живет в мире с обратной связью, которую условно можно поделить на позитивную и негативную – на кнут и пряник. Для любого из нас важен баланс получаемой обратной связи. С одной стороны, мы получаем критику, с другой стороны, – одобрение и подтверждение. В современном мире как у родителей, так и у детей существует диспропорция в получении обратной связи, таково мнение психолога Ивана Кулакова:

- Психологов довольно часто спрашивают про самооценку и при этом уточняют, можно ли ребенка перехвалить. Перехвалить ребенка, на мой взгляд, невозможно. Каждый ребенок в процессе школьного обучения получает такое огромное количество негативной обратной связи, что это перекрывает все хорошее. В поддержании интереса важно ориентироваться на позитивную обратную связь. Будьте смелее – разными словами подчеркивайте сильные стороны ребенка. Именно таким образом мы можем придать детям энергии. Хочу обратить внимание родителей на то, что у ребенка селективное внимание и недостаточно развитое критическое мышление. Поэтому, когда мы хвалим детей, как нам кажется, слишком много, они могут пропускать это мимо ушей, но тем не менее что-то откладывается.

Позитивная обратная связь и поддержка – это ключ ко всему, подчеркивает детский психолог:

- У каждого из нас в жизни есть человек – педагог с большой буквы, который на нас повлиял, делая что-то такое, что нас поддерживало. И благодаря этой педагогической поддержке мы осуществляли свою деятельность.

Интересы бывают разные, спектр возможностей для выбора хобби сейчас очень широкий. И другого пути определить свои интересы, кроме как пробовать разное, нет. И здесь тоже важна инициатива и поддержка родителей, продолжает развивать логическую цепочку эксперт:

- На мой взгляд, в вопросе родительской поддержки интересов ребенка важно уметь договариваться. В младшем детском и дошкольном возрасте в отношениях с детьми присутствует директивность: ими можно руководить, направлять их, но при этом нужно стараться достигать договоренностей. Условно говоря: "Давай, ты пойдешь на бисероплетение, но ты должен проходить в данный кружок полгода. Не понравится – будем это обсуждать".

На формирование интереса влияет множество факторов: нужно найти деятельность, которая будет приносить удовольствие, поддерживаться и подкрепляться. И осуществить выбор можно только методом перебора вариантов, резюмирует эксперт.

Компьютеры – единственный интерес подростков?

Интересы у детей есть всегда, считает психолог Иван Кулаков. Но иногда они бывают выражены не очень сильно. В чем проявляется интерес?

- Как можно понять, что интерес к какой-то деятельности есть? Главный признак – если ребенок чем-то занимается и посвящает этому свое время. Сейчас многие родители жалуются, что дети, подростки увлекаются только компьютерными играми и больше ничем не хотят заниматься. Что с ними делать? По моему мнению, компьютеры нравятся благодаря тому, что в них мы получаем моментальную обратную связь: в играх у нас хорошо получается что-то делать, поэтому интерес может закрепляться.

Говоря об интересах и удовольствии, которое в связи с этим возникает, спикер отметил важность гормонов:

- Я бы не стал недооценивать роль дофамина: мы получаем удовольствие, у нас вырабатывается гормон, и это способствует формированию и закреплению привычки, норм поведения, активности. Поэтому удовольствие – это ключевой момент. Компьютерные игры, в свою очередь, – это вопрос регулирования: как мы договариваемся с ребенком. Самый удивительный пример договоренности в отношении подростка, который мне доводилось встречать, заключался в следующем: родители позволяют подростку один день в неделю играть в компьютерные игры до умопомрачения, отдавая компьютер в его полное распоряжение и не контролируя его. И это помогает регулировать ребенка, давая ему возможность поиграть, не насилая на него.

Спрашивали – отвечаем

По завершении своего выступления спикер форума "Семья" Иван Кулаков, детский психолог, тренер, тьютор из Санкт-Петербурга, ответил на вопросы из зала. Публикуем некоторые из них.

- Как избежать ситуации, когда ребенок сначала отказывается ходить на дополнительные занятия, к примеру в музыкальную школу, а спустя годы предъявляет родителям претензии за то, что он там не доучился, хотя ему нравилось? Как верно определить истинность интересов ребенка, если в моменте он рыдает и говорит, что не хочет этим заниматься?

- В такой ситуации важен контакт. Именно контакт – основа взаимодействия и влияния на ребенка. Нужно разговаривать, узнавать, уточнять. Любой детский возраст, а особенно подростковый, – это всегда нестабильная история. Появляются разные эмоции. Возможно, там, куда ребенок ходит на занятия, сказали что-то или посмотрели не так. Проясните ситуацию, ищите способ узнать, что на самом деле происходит и как можно поменять условия. Условия – это как раз то, на что мы как родители в силах повлиять.

- Если ребенок начал чем-то интересоваться, то как родители могут эту искру разжечь, чтобы она не погасла, так и не разгоревшись?

- Создавайте насыщенную среду вокруг этого интереса. Скажем, полюбил ребенок лес – почаще выбирайтесь всей семьей на природу, а если такой возможности нет, то палатку можно разобрать и поставить и дома. Страйтесь идти за интересом своего ребенка, поддерживайте и одобряйте его, это даст ему энергию, необходимую для деятельности. Для детей до определенного возраста важна внешняя оценка: похвалы, грамоты, медали – все это работает на укрепление интереса. А потом эта внешняя оценка усваивается и переходит в самооценку, и ребенок уже сам предпринимает усилия для ее поддержания.

- Как поддерживать и поощрять интерес маленького ребенка, если он не совпадает с интересом родителей? Сын четырех лет увлечен поездами и готов говорить о них и заниматься ими днем и ночью, что начинает надоедать, хотя мы всегда стараемся идти за его новыми интересами. Как соблюсти баланс между поддержкой интересов ребенка и своими собственными желаниями?

- Попробуйте своему ребенку объяснить, что вы устали от этой темы, введите "мораторий" на эти разговоры, скажем, понедельник, среда и пятница – эти дни, в которые мы живем без поездов. А вообще, ваш пример очень позитивный: несмотря на то, что вы устали от этого детского интереса, продолжаете его поддерживать, делая все, что в ваших силах, чтобы любознательность поддержать. Вполне возможно, потом, оглядываясь, вы будете вспоминать и говорить: "Вот было же время, когда ты чем-то интересовался!.." Никто не скажет вам, как поступать правильно. Страйтесь говорить и о своем собственном интересе, пробуйте совмещать собственные увлечения с интересами ребенка, если это возможно. Мне кажется, что если есть энергия, то не стоит ее ограничивать.

- Ребенку три года, и у него интерес к новым увлечениям проходит очень быстро. Когда идешь за его интересами, создаешь развивающую среду, он перегорает и перестает этим заниматься. Что с этим можно сделать?

- Получается, наступает обратный эффект – пресыщение. Но это благодатная почва, чтобы пробовать что-то новое. Предлагайте другие виды деятельности. Как мы уже сказали, интерес можно найти только методом перебора.

- До какого возраста ребенка интересы можно искать? Перебирать можно бесконечно, а практически все дополнительные занятия сегодня платные. Как прийти к какому-то согласию с ребенком в такой ситуации? Дочке десять лет, интересуется всем подряд, но перегорает быстро, а сын, наоборот, кружками не интересуется, а больше любит сидеть дома.

- Как вы сами видите, здесь нет закономерности. У каждого ребенка все индивидуально. Я достаточно плотно занимаюсь профориентацией и могу сказать, что интересы корневые есть у каждого человека, причем их не так много: один-два. Корневые – это те интересы, которые остаются с человеком на всю жизнь, сопровождают его и при хорошем раскладе реализуются в профессиональной деятельности. Важно добавить, что эти предпочтения формируются в младших классах и, возможно, на пороге средней школы. А остальные увлечения – скорее, эксперименты. Каких-то четких границ поиска интересов нет. На мой взгляд, лучше попробовать всё, если такая возможность есть. В нашем мире сегодня большое разнообразие занятий – экспериментируйте. Деятельность какая-то может не подходить в силу индивидуальных особенностей ребенка. Взять, к примеру, футбол. Это командный вид спорта, а он подходит не всем детям, кому-то ближе индивидуальные первенства. Я призываю родителей быть более внимательными к тому, что делают ваши дети и что они говорят о том, почему они не хотят куда-то ходить, и на основании этого делать дальнейшие выводы.

- О чем говорит ситуация: у взрослого человека пропадает мотивация к деятельности, которой до этого он активно интересовался. Например, начинает изучать тему, покупает обучающий курс, а когда доходит до дела, то отодвигает это занятие на потом, и так по кругу?

- У взрослых это связано с особенностями личной мотивации, с методами планирования и организации деятельности. Нужно учитывать мыслительный фон, который сопровождает эту деятельность. Повспоминайте аналогичные ситуации и постарайтесь найти в них что-то схожее. Проанализируйте уровень поставленных задач: возможно, они слишком сложные или, наоборот, слишком простые, и это вас демотивирует. Любые мелочи могут сыграть свою роль. Причины могут быть разные – попробуйте до них докопаться. Мотивация – это сложная проблема, потому что уровень нашей энергии всегда плавает, прыгает. И для взрослых важная задача – заметить, от чего мы загораемся и почему перегораем. Одна из частых причин демотивации и снижения уровня энергии заключается в том, что мы сильно устаем и сил у нас не хватает, эта проблема актуальна для современного мира.

- Если у ребенка четырех лет нет явных интересов, то задача родителей прививать их?

- Да, вовлекайтесь в детскую деятельность, ищите варианты. При этом хочу подчеркнуть важную мысль: если ребенок до какого-то возраста ничем не занимается, это не значит, что он вырастет плохим человеком. То есть можно на кружки не ходить и вырасти совершенно здоровым и нормальным человеком и полноценной личностью. Развитие человека идет не линейно, наша психика очень изобретательна: она адаптируется, ищет выходы всегда. Энергия у ребенка есть – надо эту искру и огонь поддерживать.

Напоминаем, что все фотографии с форума "Семья" выложены в открытом доступе на [сайте "Детки!"](#).

Генеральный информационный партнер форума "Семья" – телеканал "Тюменское время" (21 канал кабельного телевидения).

Адрес на сайте «Детки!» detkityumen.ru/biblio/category135/psiholog/5491/