

"НЕ УМЕЮ" "НЕ ЗНАЮ" "НЕ МОГУ"



Для человека любого возраста умение честно признать, что ты чего-то не знаешь или не умеешь важно.

Особенно хорошо, когда человек может об этом спокойно и открыто говорить. Взрослым очень часто трудно сказать "я не знаю", особенно своим детям, т.к. им кажется что таким образом они потеряют авторитет.

Часто от детей можно услышать: "Я НЕ ЗНАЮ, "Я НЕ УМЕЮ, "Я НЕ МОГУ"

Но довольно часто эти фразы выступают защитным щитом.

Самым распространенным является страх допустить ошибку. Этот страх настолько сильный, что не дает ребенку даже взяться за дело. А "я не знаю" здесь выступает часто защитным домиком, в который ребенок прячется от поражения.

Страх поражения, страх ошибки подкрепляется завышенными требованиями, которые предъявляют ребенку.

Как с этим бороться?

Учите ребенка проигрывать и спокойно воспринимать неудачи и проигрыши. Рассказывайте ему о своих промахах, проигрышах, о том, как и какие вы совершали ошибки. Акцентируйте внимание на то, чему вас эти ошибки научили.

Объясните ребенку, что не так важен результат, как усилия по его поиску.

Избегайте критики, насмешек, одергиваний, даже если вам кажется вопрос пустяковый.

Помните, страх блокирует сознание! И часто именно поэтому ребенок не может ответить на элементарный вопрос.

Не давите на ребенка. Родитель требующий правильного ответа похож на тирана.

Если чувствуете, что закипаете, сделайте перерыв. Работайте прежде всего над собой.

Задача взрослого не выбивать из ребенка правильный ответ, а научить ребенка рассуждать. Обсуждайте вместе, делитесь своими мыслями.

Практикуйте открытые вопросы и давайте детям возможность поразмышлять. Не поправляйте, не прерывайте. Ваша задача не вырастить из ребенка Википедию, а научить думать.

Бывает, что ребенок сейчас не может сосредоточиться на проблеме, потому что его мысли заняты другим делом (прерванная игра, недосмотренный мультик) или у него сейчас просто нет настроения. Любой человек имеет право на личное пространство. Учитывайте это. Обговорите спокойно и вернитесь к этому позже.

Учите ребенка вежливо формулировать свой отказ.

Подумайте, а в каких ситуациях ваши дети прячутся за фразой "Я НЕ ЗНАЮ" ?

Ваш психолог, Елена Ракевич