



1. УПРАЖНЕНИЕ

Дайте характеристику своему ребенку

Часто получают такие ответы:

- стеснительный;
 - агрессивный...
- или
- добрый;
 - заботливый

Каждая из этих характеристик несет в себе оценку: позитивную или негативную.

В раннем возрасте представление ребенка о себе складывается на основе характеристик взрослых. «Поверив» взрослым, ребенок начинает думать о себе в таких терминах: «я стеснительный», «я злой».

Позднее, этой характеристикой ребенок может оправдывать свое поведение: «не буду читать стихи, я же стеснительный».

2. ХАРАКТЕРИСТИКА БЕЗ ОЦЕНКИ

А можно ли по-другому?

Оказывается, можно!

Для этого надо ответить на вопрос «ЧТО ДЕЛАЕТ?» вместо вопроса «КАКОЙ?»

И тогда мы получим:

- не отвечает, даже когда знает ответ;

- бьет детей, когда злится

Или

- предлагает мириться;

- видит, кому нужна помощь и помогает...

А если характеристика положительная?

Ее тоже лучше давать объективно, без оценки.

Характеристика без оценки воспринимается более позитивно, и помогает ребенку увидеть:

- реальное внимание взрослого;
- поведение, которое поддерживается взрослым;
- достигнутый уровень мастерства

Безоценочная характеристика основа позитивного образа себя.



3. УПРАЖНЕНИЕ:

Превратите одну оценочную характеристику своего ребенка в безоценочную (описывает поведение).

Проверьте:

Ваша характеристика может быть воспринята без обиды?

Попробуйте

1-2 дня думать о поведении ребенка этими словами.

Понаблюдайте, как меняется Ваше отношение к ребенку и к ситуации.

**БУДЬТЕ
ОСТОРОЖНЫ С
ТЕМ, КАК ВЫ
РАЗГОВАРИВАЕТЕ
СО СВОИМИ
ДЕТЬМИ.
ОДНАЖДЫ ЭТО
СТАНЕТ ИХ
ВНУТРЕННИМ
ГОЛОСОМ**

- Пегги О'Мара