**Как мы детям «делаем замечания»?**

Дети нам часто мешают. В школе - скребут по парте, перебивают говорящего, едят на уроке конфеты и разбрасывают бумажки, громко разговаривают на уроке... Дома - устраивают тарарам; когда мы смертельно устали, поют и канючат; вместо того чтобы сделать простенькую работу, одолевают глупыми вопросами. Каждый из нас может перечислить десятки таких самых разнообразных поступков... Такое неприемлемое поведение вызывает у нас негативные эмоции и становится нашей проблемой, мы начинаем искать способы изменить поведение ребенка. Как правило это замечание.

Обычно речевые реакции воплощаются в трех вариантах: 1) директивные замечания; 2) подавляющие замечания; 3) косвенные замечания.

***Директивные замечания***содержат информацию о том, что и как надо делать ребенку. Взрослый таким образом перекладывает свои собственные проблемы на плечи детей. Часто после таких предписаний дети поступают назло взрослым. Почему? Да потому, что, слыша директивное замечание, ребенок чувствует подтекст: «Ты плохой и глупый». Если взрослый овладевает ситуацией с помощью крика, ребенок либо молча подчиняется, либо упрямится, предпочитая оставаться плохим.

Существует пять видов директивных замечаний:

1. Приказ, команда, указание: «Сядь сию же минуту!», «Выплюнь жвачку!».
2. Предупреждение, угроза: «Если ты не прекратишь, будешь сидеть весь день дома!», «Еще один раз, молодой человек, - и останешься после уроков!».
3. Морализирование, нотация: «Надо учиться, а не заниматься ерундой!», «В десять -то лет уже следует знать, как вести себя».
4. Поучение, внушение, убеждение: «Ты не выполнишь работу, если не прекратишь безобразничать».
5. Советы, предложения, рекомендации, решения: «Я бы на твоем месте занялся делом», «Разговаривать будем на перемене».

Все директивные замечания содержат в себе скрытый смысл: «Ты слишком глуп, чтобы понять, как помочь мне». Дети чувствуют это скрытое послание, понимают его, обижаются и возмущаются. Директивные замечания содержат в себе и другие скрытые смыслы: «Я хозяин положения», «Ты изменишься, потому, что так сказал!». Не стоит удивляться, что услышав такой подтекст, ребенок сопротивляется...

Директивные замечания - вещь обоюдоострая: ведь лучшее, на что приходится надеется, это подчинение, уступка. Но часто нужное нам изменение поведения сопровождается отнюдь не желанным изменением отношения: поведение ребенка становится положительным, а его отношение к взрослому отрицательным. Почему? Да потому, что ребенок не имеет возможности узнать, отчего это взрослый так не доволен. Он только слышит: большой решил, что он, маленький, должен так -то и так- то изменить свое поведение. В эти моменты и возникает неправильное представление о руководящем взрослом: он придирчив, несправедлив, невнимателен, неумен, бесчувственен, груб и т. д. Не стоит удивляться, что дети проявляют немыслимую изобретательность в стремлении помешать взрослым настоять на своем.

***Подавляющие замечания*** порочат человека, обесценивают его представления о себе, так как обычно содержат негативную оценку, критику, осуждение, насмешку. Такие замечания можно подразделить на шесть категорий:

1. Осуждение, критика, несогласие, обвинение: «Ты всегда доставляешь мне неприятности», «Ты мне надоел».
2. Обзывание, высмеивание, насмешка: «Вы сегодня, словно дикие животные», «Вы - шайка хулиганов.
3. Диагноз, изобличающий «дурные намерения» : «Вы делаете это, Чтобы привлечь к себе внимание».
4. Задабривание, положительная оценка авансом: «У вас хватит ума быть хорошими учениками», «Если вы постараетесь, вы хорошо поработаете».
5. Демонстрация воодушевления и поддержки: «Трудно сидеть тихо в такой жаркий день, не правда ли?».
6. Вопросы типа: «Почему вы не на своих местах».

Такие замечания несут в себе тяжелую нагрузку - отрицательные суждения. Они так же, как и директивные замечания, не содержат никакой информации о проблемах взрослого, как будто ребенку не дано знать, что у взрослого есть свои чувства и потребности. Вместо этого они утверждают обратное: все проблемы - детские: именно дети доставляют неприятности, надоедают, добиваются внимания, плохо стараются, страдают от жары, сидят не на своем месте и т. д.

Таким образом, подавляющие замечания переносят на детей вину и ответственность за те проблемы, которые являются чисто взрослыми. Редкий ребенок способен правильно разобраться в ситуации и понять: взрослый расстроен, а поэтому прав. Обычно это дети с позитивной самооценкой. Большинство учеников, к сожалению, имея неустойчивую или негативную самооценку, мучительно ищут хотя бы слабую поддержку своей значимости. Они и без подавляющих замечаний склонны думать про себя: «Что - то у меня не так». Отрицательная оценка, звучащая в их адрес, укрепляет и без того низкое представление о себе. Ребенок как бы постоянно слышит: «Что - то у тебя не так» или «Ты не в состоянии помочь мне». Человек в подобных обстоятельствах вынужден защищаться: ведь он воспринимает такое замечание как нападение. Поэтому он возражает, спорит, доказывает, что прав. Взрослый на это способен (и то не всегда); а ребенок часто не в силах защищаться. Он думает: «Мне все равно, продолжайте. Делайте все, что хотите, пусть самое плохое!». Единственно здоровая реакция на подавляющие замечания - счесть их смешными и засмеяться. Но, к сожалению, слишком мало людей находят в себе силы идти на такую конфронтацию с тем, кто старше по возрасту или по званию.

***Косвенные замечания*** включают в себя высмеивание, поддразнивание, сарказм, отступления или развлекающие коментарии6 «Никогда раньше не учила класс обезьян», «Не стоит ли подождать, когда наш маленький клоун закончит выступление?», «Когда это тебя назначили директором нашей школы?», «Я надеюсь, ты вырастешь, станешь учителем и у тебя будет сотня таких учеников, как ты».

Педагоги прибегают к таким относительно мягким замечаниям, если знают: подавляющие и директивные замечания использовать рискованно. Но косвенные замечания редко работают: дети часто попросту не принимают их. А если они и срабатывают, дети все равно обижаются и считают взрослого человеком коварным, «жалящим» исподтишка. Ведь смысл косвенных замечанию таков: «Если я пойду на открытый конфликт с тобой, могут быть неприятности» или «Слишком рискованно быть открытым и честным с тобой». Таким образом, ребенок получает основание чувствовать: ему не доверяют.

Мы так привыкли командовать, смотреть на детей сверху вниз и подсмеиваться над ними, что окажемся в растерянности, если поймем, что все это - не годиться: как ни парадоксально, все эти привычные приемы редко помогают достичь желаемой цели. Они разрушают самооценку ребенка и портят отношения; проблем у взрослого становится не меньше, а больше.

Причина оказывается вот в чем: большинство используемых взрослым замечаний - это «Ты - замечания», т. е. Они либо содержат в себе местоимение «Ты» («Вы»), либо оно предполагается.

«Прекрати это!» звучит как «Ты прекратишь это?» (приказ);

«Вам лучше бы успокоится, иначе...» (предупреждение);

«Ты можешь сделать это, если постараешься...» (убеждение);

«Ты ведешь себя как ребенок» (навешивание ярлыков);

«Ты всегда был хорошим учеником...» (положительная оценка);

« Завтра у тебя получится лучше...» (воодушевление);

«Ты второй Эйнштейн...» (сарказм).

Ни одно из этих «Ты - замечаний» ничего не говорит о взрослом: все внимание сконцентрировано на плохом поведении ребенка. Если бы вы сказали о том, что чувствуете, когда ваш подопечный ведет себя плохо, замечание изменило бы форму: оно бы превратилось виз «Ты - замечание» в «Я - замечание»: «Меня расстраивает этот шум», «Я не могу работать в этой обстановке». Обратите внимание «Я - замечание» сообщает о происходящем тому, кому это следует узнать; и ребенок узнает, что мама переживает тревогу, что учитель испытывает трудности. «Ты - замечание» не дает нам возможности сообщить наши истинные чувства нарушителю дисциплины. Если вы используете «Ты - замечание», ребенок, к примеру, узнает, что он «невоспитанный»; но ведь в этой информации ничего кроме осуждения, в сущности, не содержится!

А вот «Я -замечание» передает действительное положение вещей. Информация «взрослому плохо» пробуждает (имеет цель пробудить) у младшего чувство сопереживания. Поскольку «Я - замечание» содержит в себе минимум отрицательной оценки, оно не причиняет обиды ребенку, не вызывает у него реакцию защиты. Ребенок свободе, и его энергия направлена не на то, чтобы обижаться, возмущаться, злиться а на то, попробовать проявить внимание и заботу и исправить ситуацию. «Я - замечания» не портят доброжелательных отношений между «договаривающимися сторонами» и несут в себе высокую вероятность того, что ребенок захочет изменить свое поведение.

«Я -замечание» обычно состоит из ***трех частей.*** *Первая часть* - бесстрастное описание неприемлемого поведения ребенка. Необходимо, чтобы в нем не было обвинения и осуждения, а лишь «фотография» того, что не приемлемо: «Когда я вижу бумажки на полу...», «Когда меня прерывают во время объяснения...». В этих предложениях описаны причины беспокойства взрослого. Обратите внимание, что все хорошие «Я - замечания» начинаются со слов «когда». Это дает возможность сообщить ребенку, что он не всегда нас огорчает, а лишь когда имеет место нежелательное поведение.

Во *втором слагаемом «Я - замечания»* представлено, как именно на взрослого действует поведение ученика, т. е. нам необходимо четко и ясно сформулировать, в чем, собственно, состоит зло, чем плохо поведение ребенка. «Я - замечание» до тех пор не будут иметь успеха, пока последствия неприемлемого поведения не предстанут в глазах нарушителя реальными и значимыми. Например: «Когда ты оставляешь дверь незапертой (бесстрастное описание), мои вещи иногда пропадают (ощутимый эффект)». Если ребенок осознает, что его поведение действительно имеет отрицательные последствия, у него появится желание измениться.

Составить вторую часть «Я - замечания» не так то просто. Во - первых, в нескольких словах сформулировать негативный эффект поведения ребенка и изложить его коротко и ясно. Во - вторых, мы часто склонны исправлять поведение, которое в действительности не очень - то и мешает, является, само по себе, вполне приемлемым. Таким образом, поведение детей следует разделить на две категории: то, которое действительно имеет ощутимый негативный эффект, и то, которое такового не имеет. «Я - замечание» необходимо использовать только для первой категории. Если мы не сможем коротко и ясно дать понять ребенку, как и чем его поведение вредит другому человеку, ребенок не поверит нам. И не изменится.

*Третья часть «Я - замечания»* должна содержать информацию о чувствах, переживаемых взрослым из - за поведения ребенка. Например: «Когда ты вытягиваешь ноги (описание поведения), я могу наступить на них (ощутимый эффект) и я боюсь, что упаду и ушибусь (чувство)». Услышав такое, ребенок поймет, что его поведение может иметь ощутимые последствия, которые вызывают опасения. Согласование (поведение - эффект - чувство) указывает, что опасения вызваны возможными последствиями, а не самим поведением. Таким образом, ребенок защищен от унижения и чувства вины. Это логическое согласование важно, однако не абсолютно. «Я - замечание» в любом порядке или даже без какой - то одной части воспринимается как честное, открытое сообщение о том, что происходит в настоящий момент и что может случится.

Сделав «Я - замечание», мы изменим ситуацию. Теперь проблема возникла у нашего партнера. Если при этом появятся у него какие - то эмоции (ребенок все равно почувствует себя неловко: ведь взрослый громко объявил, что из-за его поведения возникли трудности), оставьте их без внимания и переключитесь с конфронтации на активное слушание. Это поможет ребенку самому справиться с его - теперь уже **его** - проблемой.