

Pochwały i zachęty pomagają dziecku w kształtowaniu samooceny, dodają wiary we własne możliwości, pomagają lepiej radzić sobie z problemami, dają poczucie bezpieczeństwa. Koniecznie chwalmy nasze dzieci!



Marlena Trąbińska-Haduch

Pochwały mają moc!

Wszyscy lubimy, kiedy ukochane, najbliższe osoby zwracają na nas uwagę. Uwielbiamy czuć się docenieni, zauważeni, kochani. Podobnie dzieci – bardzo potrzebują uwagi swoich rodziców i domagają się jej różnymi sposobami. Zdarza się, że kiedy dziecko zachowuje się poprawnie, prawie nie zwracamy na nie uwagi. Myślimy *tak grzecznie się bawi, nie będę mu przeszkadzać*. Zajmujemy się swoimi sprawami, a dopiero kiedy dziecko zaczyna *marudzić* albo staje się niegrzeczne, kierujemy na nie swoją uwagę. W ten sposób, zupełnie wbrew naszym intencjom, utrwalamy złe zachowanie dziecka! Dzieci reagują bowiem według zasady: *lepiej być skrzyżczanym i pouczonym, niż ignorowanym*. Dla dziecka taka sytuacja jest często niezrozumiała – rodzice poświęcają mu swoją uwagę tylko wtedy, kiedy *nabroi* lub zachowuje się nie tak, jak tego oczekiwano. Aby odnosić sukcesy wychowawcze warto zatem nauczyć się dostrzegania pozytywnych zachowań u swojego dziecka. Wymaga to większego skupienia uwagi na jego zachowaniu i włożenia nieco wysiłku w zmianę dotychczasowego sposobu reagowania. Wbrew powszechnym opiniom, dziecko często nagradzane i chwalone stara się być jeszcze lepsze! Z drugiej strony – dziecko stale krytykowane dochodzi do wniosku, że jego wysiłki i tak nie mają sensu, skoro rodzice okazują jedynie niezadowolenie.

JAK SKUTECZNIE CHWALIĆ DZIECKO?

Aby chwalenie było skuteczne:

1. Pochwały muszą być skierowane na konkretne zachowania, nie stosuj pochwał ogólnych.
2. Nagradzaj dziecko za dobre zachowanie.
3. Chwal każdy mały krok dziecka ku pożądanemu zachowaniu.
4. Próbuj *wylapać* dobre zachowanie u dziecka i chwal je.
5. Pochwal dziecko kiedy zaprzestało negatywnego zachowania.

CHWAŁĄC, PAMIĘTAJ:

1. Opisz, co widzisz – np. *Widzę misie poukładane na półce i klocki w pudełkach*.
2. Opisz, co czujesz – np. *Przyjemnie jest wejść do twojego pokoju i zobaczyć porządek*.
3. Podsumuj godne pochwały zachowanie dziecka – np. *Cieszę się, że potrafisz sam uporządkować swoje zabawki*.

PULAPKI I SZANSE DOBREJ POCHWAŁY:

- » Gdy oceniamy zachowanie lub twórczość dziecka mówiąc *ładnie, słicznie, pięknie*, dziecko nie wie, co tak naprawdę nam się podoba. Ważne, żeby nasza pochwała była opisowa i szczegółowa, a nie ogólna. Dzięki temu dziecko zobaczy, że jesteśmy naprawdę nim zainteresowani.
- » Unikaj takiej pochwały, w której ukryte jest przypomnienie wcześniejszego niepowodzenia dziecka – np. *No widzisz – jak chcesz, to potrafisz*.
- » Rujnuje naszą pochwałę wyraz *ale* – np. *Cieszę się, że posprzątałeś swój pokój, ale szkoda, że ubrania nadal leżą na krześle*.
- » Lepiej unikać komunikatów *Jestem z siebie taka dumna*, powiedzmy raczej: *Możesz być z siebie dumny* – dziecko wtedy nabiera pewności siebie.

■ MARLENA TRĄBIŃSKA-HADUCH
FUNDACJA DZIECI NICZYJE

- szczegóły kampanii na www.fdn.pl
- podyskutuj o kampanii na www.blizejprzedszkola.pl

Kampania „Dzieciństwo bez przemocy”

