Czy chwalenie ma znaczenie? - czyli… czy warto chwalić dzieci

**To nieprawda, że są dzieci, których nie ma za co chwalić**. W każdym można dostrzec coś dobrego.

Pochwały i zachęty są bardzo ważne:

– pomagają dziecku w kształtowaniu samooceny, budują szacunek do samego siebie

– dodają wiary we własne możliwości,

– pomagają lepiej radzić sobie z problemami,

– dają poczucie bezpieczeństwa,

O czym powinien pamiętać chwalący rodzic

1. Twoje dziecko robi mnóstwo rzeczy wartych pochwały

2. Chwal uczciwie

3. Pamiętaj o wpływie chwalenia na dziecko

4. Doceniaj nie tylko rezultaty, ale i pracę

5. Podpowiedz dziecku, jeśli samo nie potrafi osiągnąć celu, ale go nie wyręczaj

6. Chwal osiągnięcia ważne i trudne dla dziecka, by wspierać jego samodzielność

7. Chwal rzeczy ważne dla nas, by zasygnalizować dziecku swoje potrzeby

8. Nie chwal wszystkiego bezkrytycznie

9. Miłość do dziecka okazuj na różne sposoby

Sposób, w jaki chwalimy, nie jest obojętny:

Nie każda pochwała jest dobra, nie każda powoduje zamierzony przez nas skutek. Lepiej jest opisywać niż wychwalać np.:

Aby pochwalić bez oceniania:

– Opisz, co widzisz (słyszysz): Widzę odkurzony dywan, czyste meble i złożone ubrania.

– Opisz, co czujesz: Miło jest wejść do takiego pokoju.

– Podsumuj godne pochwały zachowanie dziecka: Ułożyłeś książki i zeszyty na jednej półce, rozdzieliłeś płyty z muzyką, filmami i grami. To się nazywa porządek.

Pułapki pochwały:

– Należy unikać takiej pochwały, w której jest ukryte przypominanie wcześniejszego niepowodzenia.

– Wyraz „ale” rujnuje najlepszą nawet pochwałę, np.: ładnie poukładałeś gry, klocki…ALE w szafie jest straszny bałagan

Czy warto chwalić dziecko?

Chwalenie dziecka na pewno powinno być umiarkowane. Nie możemy go unikać – często rodzice nie chwalą, by dziecko nie spoczęło na laurach, by nadal się starało. Tymczasem chwalenie sprawia, że podejmuje ono coraz to nowe wyzwania.

Samoocena dziecka

Dzieci budują obraz własnej osoby w dużej mierze na podstawie tego, co słyszą na swój temat od innych, zwłaszcza znaczących dla nich osób. Rodzice, opiekunowie mogą więc bardzo wpłynąć na samoocenę dziecka. **Dzieci, często ganione, mogą łatwo zapomnieć o swoich mocnych stronach.** Doceniając starania i chwaląc dziecko, rozwijamy w nim odwagę.

Jak chwalić dziecko?

Pochwała powinna wywoływać pozytywne uczucia. Słowa, które oceniają mogą sprawić, że pochwała nie przyniesie zamierzonego efektu. Nie znaczy to, że należy rezygnować z naturalnych odruchów. Można jednak wzbogacić swoją wypowiedź. Zamiast „Jak pięknie posprzątałaś zabawki...”, można powiedzieć: „Widzę, że wykonałaś dużo pracy. Klocki w pudełku, książki na półce, ubrania w szafie. Miło wejść do takiego pokoju.” Dzięki budowaniu pochwał w ten sposób, dzieci stają się bardziej świadome swoich możliwości, tego, co potrafią,. Bardziej szczegółowe wypowiedzi utwierdzają też dziecko w przekonaniu, że rodzic rzeczywiście dostrzegł jego sukces.

Dziecko też ma prawo do błędów

Dziecko ma prawo do niepowodzenia. Nadmierne chwalenie, codzienne, kilkakrotne zachwycanie się jego talentami, sukcesami, przesadny entuzjazm, przyniesie efekt odwrotny do zamierzonego. Dziecko może czuć dużą presję, myśleć, że nie ma prawa do błędu, bać się porażki.

Bądźmy uczciwi

Najczęściej rodzice lubią chwalić swoje dzieci, a dzieci chcą być chwalone. Trzeba jednak pamiętać o tym, że wszyscy chcemy być traktowani uczciwie. Z czasem dzieci same rozpoznają, co jest godne pochwały, a co nie. Wspomogą je w tym także inne osoby, które mogą oceniać ich dzieła krytyczniej niż rodzice. Jeśli w takiej sytuacji rodzice będą próbowali wmówić, że wszystko, co dziecko robi, jest najlepsze na świecie, pochwały stracą swoją wartość.

Doceniajmy to, co warto docenić

Czasem trudno pochwalić efekt. Jednak, gdy dziecko włożyło w coś dużo starań, warto powiedzieć „podoba mi się, jak bardzo się starałeś!”. To dla niego może być ważne w osiągnięciu sukcesu w postaci końcowego efektu. Pomyślmy o tym, żeby dziecko nie zostało z poczuciem „no i co, że się starałem, skoro nie wyszło?”.

Chwalmy to, co jest ważne

Warto dzieci chwalić często, ale liczba pochwał powoduje, że są one mniej lub więcej warte. Przyglądajmy się momentom, w których dzieciom na czymś wyjątkowo zależy. Zwłaszcza wtedy dzieci potrzebują podkreślenia tego, co im się udało. Ponadto przekażemy w ten sposób im informację, że szanujemy ich potrzeby. **Dla dzieci nasze dobre słowo jest bardziej zachęcające do różnych zachowań niż nagana za ich brak.**