

CHWALIĆ CZY ZACHĘCAĆ?

Pochwały kojarzą się nam, rodzicom z jednoznacznie pozytywnym komunikatem. Na co dzień mówimy do naszych dzieci: Brawo! Jesteś mądry! Piękny rysunek! Jaki grzeczny chłopczyk!

Czy za takimi słowami stoją złe intencje? Oczywiście, że nie! Chcemy, żeby nasze dzieci czuły się wyjątkowe, kochane, doceniane i w taki właśnie sposób próbujemy w nich to poczucie utrwalić.

Jednak, czym tak naprawdę jest pochwała i jak wpływa na poczucie własnej wartości dzieci?

Pochwała sama w sobie jest oceną, wartościującą uwagę, stanowi naszą opinie na temat dziecka lub też efektów jego aktywności. Za pochwałą stoi oczekiwanie rodzica związane z trzema obszarami:

- Utrwalaniem przez dziecko zachowań pożądaných, akceptowanych przez rodzica, otoczenie
- Budowaniem pozytywnej samooceny naszego malucha (samooceny, a nie poczucia własnej wartości)
- 'Przemianą' dziecka na takie, które będzie zgodne z oczekiwaniami rodziców, szkoły, środowiska

.....hmm a gdzie się podziały najważniejsze cele wychowawcze, takie jak: umożliwienie dziecku rozwoju, otwartości myślenia, odwagi w wypowiedaniu własnego zdanie, wiary we własne możliwości, poczucia sprawczości, czy też traktowania własnych błędów jako okazji do uczenia się? Niestety potocznie rozumiana pochwała nie buduje w dziecku tych kompetencji. Dlaczego?

Ponieważ jest skoncentrowana na....**dorośłym**, jego oczekiwaniach względem dziecka, jego opinii. Pochwała buduje zewnątrzsterowność dziecka i chwije jego poczuciem własnej wartości. Sprawia, że nasza pociecha uzależnia się od otrzymywanych nagród, kieruje swoją aktywnością tak by zaspokoić potrzeby rodzica, jednocześnie tracąc własną decyzyjność i możliwość uczenia się na doświadczeniach.

A co jeżeli nagle zabraknie pochwały? Rodzica nie będzie w pobliżu, lub nasza pociecha popełni błąd? Dziecko, które buduje swój obraz na podstawie pochwał opiekuna będzie czuło lęk przed porażką oraz presję nadążenia za zewnętrznymi oczekiwaniami.

W takim razie co zamiast pochwały? Stanowczo ZACHĘTA. To właśnie ona koncentruje się na dziecku i jego percepcji siebie i świata. Stanowi konkretną obserwację, która pomaga sięgnąć głębiej do uczuć i potrzeb malucha kształtując w nim poczucie sprawczości. Zachęta pasuje do naszego dziecka w danej sytuacji – pochwała ma najczęściej wymiar ogólny, wymaga od rodzica mniejszego zaangażowania i może pasować do 'wszystkich' dzieci w 'wielu' sytuacjach.



POCHWAŁA	ZACHĘTA
Jesteś bardzo dobrym chłopcem	Kocham Cię niezależnie od wszystkiego
Piękny rysunek	Widzę tu kilka kolorowych kwiatków i żółte słońeczko, a co Tobie najbardziej podoba się w tym rysunku?
Ojej, jestem z Ciebie taka dumna!	Wow widzę, że włożyłaś w to dużo wysiłku, pewnie jesteś z siebie bardzo dumna
Jesteś wspaniała!	Dziękuję Ci za pomoc
Jesteś bystra!	Sama to zrobiłaś
Jesteś grzeczną dziewczynką	Widzę, że posprzątałaś wszystkie zabawki.
Wspaniale układasz klocki	Układanie klocków chyba sprawia Ci dużą przyjemność. Opowiedz m o tym co zbudowałaś
Dzisiaj zrobiłaś to dokładnie tak, jak chciałam	Wierzę, że Twój wybór jest właściwy Opowiedz jak to zrobiłaś
Podoba mi się to co zrobiłaś	Widzę, że pomogłaś bratu ubrać buty. Dziękuję!

Podsumowując....celem tego porównania nie jest zbudowanie lęku przed pochwałą a raczej uwrażliwienie na MOC ZACHĘTY. Pochwała podobnie jak słodka czekolada, od czasu do czasu da nam przyjemność, jednak jedzona codziennie w dużych ilościach stanie się niezdrowa, uzależniająca, tucząca. To zachęta powinna być naszym codziennym 'posiłkiem'. To ona będzie zdrowym budulcem dla naszego dziecka. To ona doceni jego wysiłek, pokaże, że potrafi podejmować decyzję i zbuduje w nim wiedzę o samym sobie, swoich potrzebach, możliwościach, sposobach radzenia sobie z trudnościami. Codziennie karmmy wszystkich domowników zachętami. A czekoladę (pochwałę) jedzmy jedynie od czasu do czasu.