

STOSOWANIE POCHWAŁ W WYCHOWANIU DZIECI

Stosowanie pochwał to jeden z najważniejszych elementów codziennej komunikacji między rodzicem a dzieckiem. Właściwie sformułowana pochwała potrafi nie tylko wzmacniać motywację i budować poczucie własnej wartości, ale także kształtować zdrowe podejście do wyzwań i porażek.

Jak stosować pochwały?

Konkretność komunikatu

Pochwały powinny odnosić się do konkretnego działania, zamiast być ogólnikowe. To pomaga dziecku dokładnie zrozumieć, co zrobiło dobrze.

Przykład:

- ✗ „Super!” – dziecko nie wie, za co dokładnie zostało pochwalone.
- ✓ „Podoba mi się, jak cierpliwie układałeś puzzle. Widać, że się nie poddałeś, nawet gdy było trudno.” – taka pochwała podkreśla zarówno wysiłek, jak i wytrwałość.

Odnoszenie się do wysiłku, a nie do cech osobowych

Dzieci chwalone za wysiłek uczą się, że sukces wynika z ich pracy, a nie tylko z naturalnych zdolności. To rozwija w nich postawę „mogę się nauczyć, jeśli się postaram”.

Przykład:

- ✗ „Jesteś taki mądry, że od razu to rozwiązałeś!” – może sprawić, że dziecko będzie unikało trudniejszych zadań w obawie, że nie sprosta oczekiwaniom.
- ✓ „Widzę, że uważnie analizowałeś zadanie i znalazłeś dobre rozwiązanie. Świetna robota!” – podkreśla, że sukces wynikał z przemyślanej pracy.

Umiarkowanie w stosowaniu pochwał

Zbyt częste i nieadekwatne chwalenie może sprawić, że dziecko zacznie oczekiwać aprobaty za każdą czynność i straci motywację do działania dla własnej satysfakcji.

Przykład:

- ✗ „Jesteś niesamowity! Tak pięknie narysowałeś!” – jeśli każde dzieło dziecka jest określane jako „niesamowite”, pochwała może stracić znaczenie.
- ✓ „Podoba mi się, jak dobierałeś kolory na tym rysunku. Widzę, że naprawdę się nad tym zastanowiłeś.” – pochwała wskazuje na konkretne aspekty pracy dziecka.

Dostosowanie formy pochwały do wieku dziecka

Dzieci w różnym wieku wymagają różnych form pochwał. Młodsze dzieci lepiej reagują na krótkie, bezpośrednie komunikaty, natomiast starsze mogą być angażowane w refleksję nad własnym działaniem.

Przykład:

Dla małego dziecka: „Świetnie, że sprzątnąłeś klocki. Teraz jest porządek!”

Dla starszego dziecka: „Jak myślisz, co najbardziej pomogło ci w napisaniu tego opowiadania?” – pytanie angażuje dziecko w refleksję i zachęca do analizy własnego działania.

Udzielaj pochwał natychmiast

Dziecko szybciej skojarzy pochwałę z konkretnym działaniem, co zwiększy szansę na jego powtórzenie. Jeśli pochwała zostanie udzielona później, dziecko może nie powiązać jej z właściwym zachowaniem.

Przykład:

- ✓ „Świetnie, że podzieliłeś się zabawką z kolegą!” – dziecko natychmiast rozumie, że jego gest był pozytywnie oceniony.
- ✗ Jeśli pochwała padnie dopiero wieczorem („Dzisiaj zachowałeś się fajnie, bo podzieliłeś się zabawką”), dziecko może już nie pamiętać sytuacji lub nie skojarzyć jej z nagrodą słowną.

Literatura:

Kohn, A. (2005). Wychowanie bez nagród i kar. Rodzicielstwo bezwarunkowe.

Szymanik-Kostrzewska, A., & Michalska, P. (2019). Deklaracje matek na temat sposobów chwalenia małych dzieci. Psychologia wychowawcza, nr 19/2021.