Pochwal swoje dziecko!

Często dorośli zastanawiają się, jaką postawę powinni przyjąć, aby w przyszłości ich dzieci lepiej radziły sobie z rozwiązywaniem problemów czy też były bardziej pewne siebie. Czy dobrym rozwiązaniem będzie chwalenie ich już od najmłodszych lat?

Wielu rodziców jest przekonanych, że jeśli zaczną chwalić swoje dziecko, wówczas stanie się ono zarozumiałe, przestanie wykonywać ich polecenia lub całkowicie zacznie się buntować. Te obawy nie są jednak uzasadnione, ani do końca słuszne. Dlaczego? Otóż, zdaniem psychologów to właśnie pochwały motywują dziecko do lepszego zachowania i działania na wielu płaszczyznach.

Pochwała, która motywuje malca

Aby nasze dziecko było bardziej pewne siebie, czuło się bezpieczne i lepiej radziło sobie z problemami musi otrzymywać pochwały. Pytanie tylko, jak powinny być one formułowane? Dziecko bardzo szybko wyczuwa fałsz, dlatego, gdy pochwała jest jego zdaniem nieadekwatna do wykonanego przez niego zadania także czuje się niezręcznie, szczególnie gdy rodzic na wyrost chwali np. jego kreację aktorską w szkolnym przedstawieniu. Dziecko może pomyśleć wówczas, że np. jeśli nie otrzymało wymarzonej roli dobrej wróżki, a jedynie rolę wierzby, która nie wypowiedziała ani jednej kwestii, to - jego zdaniem - rodzic w pewien sposób ironizuje z niego. W takiej sytuacji możemy pochwalić nie kreację aktorską, a na przykład jego sceniczny kostium, gdy wiemy, że dziecko włożyło duży wysiłek w przygotowanie go. Każdy z nas lubi, gdy traktuje się go poważnie, dlatego kiedy dziecko słyszy od rodzica komunikat: „wspaniale dziś wyglądasz”, wówczas zaczyna zastanawiać się, na ile ten komplement jest prawdziwy, a na ile rodzic mówi to tylko dlatego, że chce sprawić mu przyjemność.

Co to znaczy „mądra” pochwała?

Ważne, abyśmy potrafili „mądrze” pochwalić naszą pociechę. Jak to zrobić? Rodzic powinien zdać się na intuicję i przeanalizować pewną kwestię. Gdy chcemy, żeby nasze działania były zdecydowanie bardziej efektywne musimy formułować swoje wypowiedzi bardziej konkretnie. Powinniśmy więc chwalić dziecko za wykonaną czynność. Na przykład, gdy wiemy, że w pokoju naszej pociechy zawsze panował bałagan, a dziś widzimy, że jest on ładnie posprzątany i porozrzucane dawniej zabawki są teraz na swoim miejscu, wówczas możemy powiedzieć: „Przyjemnie jest widzieć, że w Twoim pokoju panuje porządek. Ładnie posprzątałeś swoje zabawki”. Wówczas dziecko wie za co zostało pochwalone i co sprawia, że rodzic jest zadowolony z jego postawy. Warto za każdym razem powielać tego typu pochwały, gdyż są one bardzo konstruktywne. Poza tym dzięki temu dziecko wie, że gdy posprząta pokój, wówczas spotka się z aprobatą swojego rodzica.

Pochwała, której należy unikać

Niezbyt dobre będzie natomiast przypominanie dziecku, że w jego pokoju nie zawsze panował porządek lub też dostrzeganie pewnych niedociągnięć z jego strony. Gdy rodzic mówi na przykład: „Widzę, że posprzątałeś pokój, ale pod łóżkiem leży jeszcze kilka zabawek…”. Wówczas dziecko słyszy tylko o bałaganie pod łóżkiem. Natomiast zapomina, że rodzic w gruncie rzeczy zadowolony jest z jego postawy, przecież ta wypowiedź w rzeczywistości miała być pochwałą. Unikajmy tego!

Mamy przecież dziesiątki powodów, za które możemy pochwalić nasze dziecko. Pamiętajmy jednak, by nie mówić ogólnikowo, tzn. „jestem z ciebie bardzo dumna”, bo cóż to właściwie znaczy? Dla dziecka taka pochwała jest jedynie powodem do niepokoju, bo myślami wybiega ono już w przyszłość i zastanawia się, co będzie jeśli zrobi coś niezbyt dobrze? Dziecko musi czuć, że to za co zostało pochwalone było ważne. Poza tym ono samo o sobie musi pomyśleć dobrze.

Źródło: Akademia Zdrowego Przedszkolaka