



CZY CHWALISZ SWOJE DZIECKO?

Marzeniem wszystkich odpowiedzialnych rodziców jest, aby ich dzieci były szczęśliwe. Żeby jednak tak się stało musimy wspierać nasze pociechy od początku. Jedną z najprostszych, dostępnych w każdej chwili form wsparcia jest pochwała.

Skuteczne i efektywne chwalenie nie jest trudne aczkolwiek wymaga pewnych umiejętności. Zachęcam do wykorzystania prostego schematu konstruowania pochwały: - opisz to, co widzisz: zamiast mówić dziecku, że jego praca jest piękna wspaniała czy cudowna powiedz: *Widzę tu wiele kolorów. Musiałeś chyba długo pracować nad tym obrazkiem. Udało ci się ułożyć te układankę całkowicie samodzielnie! Po raz pierwszy wszedłeś po schodach bez niczyjej pomocy. Długo próbowałeś a teraz udało się!* Innymi słowy powiedz to, co jest zgodne z prawdą – opisz rzeczywisty sukces czy efekt pracy dziecka;

-opisz co czujesz :powiedz, jakie uczucia pojawiają się w Tobie w związku z zaistniałą sytuacją: *Bardzo się cieszę! Oglądając ten obrazek czuję się, jakbym była na wakacjach*

-opisz uczucia dziecka: powiedz: *Widzę, że to bardzo cię ucieszyło. Ale jesteś z siebie zadowolona*



Przepis na dobre owoce

„JAK I ZA CO CHWALIĆ DZIECKO”

1. POSZUKAJ DOBRYCH ZALĄŻKÓW

Staraj się dostrzec w swoim dziecku potencjał, jego mocną stronę, która może być podstawą budowania wiary w siebie. Pamiętaj!!! mocną stroną twojego dziecka nie muszą być typowo szkolne umiejętności. Mogą to być bardzo różne umiejętności czy zdolności: artystyczne, organizatorskie, budowania relacji z innymi, sportowe...

2. PIELEGNUJ OWOCE TROSKLIWIE, AŻ DOJRZEJĄ

Często powtarzaj dziecku, że wierzysz w jego możliwości, że pracując, może osiągnąć sukces.

3. PODLEWAJ, NAWOŻ, ZAPEWNIJ DOSTĘP SŁOŃCA

Tym, czym słońce, woda i substancje odżywcze są dla roślin, tym dla dziecka jest uwaga rodzica, jego akceptacja!!! STOSUJ NAGRODY. Pamiętaj!!! Chcąc zachęcić dziecko do jakichś działań, poprawy zachowania, wysiłku, nauki – stosuj zawsze więcej nagród niż kar i więcej pochwał niż nagan. Są po prostu skuteczniejsze.

4. WYRYWAJ CHWASTY, PODPIERAJ OWOCUJĄCE GAŁĄZKI

Reaguj na zachowania pozytywne i negatywne tak szybko, jak to możliwe.

5. WYTYCZAJ DROGĘ WZROSTU

Pokazuj błędy i braki jako elementy do zmiany, zawsze przedstawiaj sposób rozwiązania problemu.

6. NIE PRZESADZAJ

- Dobieraj trudność zadań tak, by nieco przekraczała aktualny poziom możliwości dziecka, aby zadania były wyzwaniem możliwym do pokonania.

- Ich pokonywanie będzie krok po kroku budowało poczucie kompetencji twojego dziecka i stanie się podstawą do mocnej wiary we własne możliwości.

7. CIESZ SIĘ Z TEGO, ŻE JEST

Powiedz dziecku, a także innym swoim bliskim:

- jak bardzo ich kochasz,
- że cieszysz się z tego,
- że są obok ciebie.

...ZAKOŃCZENIE

- My Rodzice, bardzo często zauważamy negatywne zachowania naszych dzieci.

- Zwracanie uwagi jest jakby „we krwi”, traktujemy je jako niezbędny element wychowania. Gdy dziecko zrobi coś dobrze, bardzo często nic od nas nie słyszy. Dlaczego?

- Dlatego, że takie zachowania przyjmujemy jako normę, jako obowiązek dziecka. Koncentrujemy się na wpadkach, błędach, przewinieniach i słabościach.

- Jeśli chcemy przekazać naszym dzieciom istotną hierarchię wartości, jeśli chcemy nauczyć je dostrzegania piękna i dobra, które jest w nas, w otaczającym świecie, zacznijmy od zmiany siebie, od zmiany naszej postawy.

- Postarajmy się dostrzegać nawet najmniejsze przejawy samodzielności naszych dzieci, najdrobniejsze pozytywy oraz chęci. Rozmawiajmy z dzieckiem o naszych odczuciach i o tym co widzimy. Pytajmy się dziecka jak ono się czuje –to bardzo ważne.

- Mam nadzieję, że ten krótki przewodnik po chwaleniu stanie się dla Państwa impulsem do dalszego rozwijania kompetencji rodzicielskich.

POWODZENIA!!!!