

## **Jak budować pewność siebie u dziecka?**

Zastanawiając się nad tym, jak budować pewność siebie u dziecka, musimy wiedzieć, czego unikać:

- nie chwal wszystkiego na potęgę. To ma dobre intencje, wiem. Ale to sprawia, że dziecko wie, że jego praca jest dobra dopiero wtedy, gdy ktoś inny mu to powie. A w dorosłym życiu nigdy nie jest pewien czy dostatecznie dobrze wypadł, czy dostatecznie dobrze wygląda, czy odniósł wystarczający sukces – bo w dorosłym życiu nikt nie bije brawa za każdym razem, gdy się czegoś podejmiemy;
- nie krytykuj nagminnie, nie wytykaj niedoskonałości pracy;
- nie kłam dziecka, jeśli mówi, że ewidentnie coś mu nie wyszło, nie oszukuj i nie przekonuj na siłę, że jest inaczej, ALE mądrze podbuduj. Co możesz zrobić np. gdy dziecko zgniata kartkę z nieudanym rysunkiem i rzuca na podłogę? Podnieś. Obejrzyj. I od zapytaj: *Widzę, że nie jesteś zadowolony z tego rysunku. Ale mnie się podoba. Lubię czarny kolor. Mogę go wziąć?* Nie bierzmy rysunku na siłę. Niech dziecko ma prawo zdecydować o losach dzieła, które wywołało u niego takie emocje.

## **Jak budować pewność siebie u dziecka?**

- od czasu do czasu pochwal prace dziecka, docień element, do którego się przyłożyło, docień nowy pomysł, jakość, estetykę, dobór kolorów;
- zamiast chwalić, po prostu zauważ, otwórz pole do dyskusji, powiedz: *Widzę, że wiewiórka ma wyjątkowo dopracowany ogon.* Jeśli dziecko nie podejmie dyskusji, dopytaj: *Czy trudno było go zrobić? Zachęć dziecko do tego, by dzieliło się emocjami i wysiłkiem włożonym w prace;*
- gdy dziecko przychodzi odebrać pochwałę (bo je do tego przyzwyczailiśmy) przekieruj jego uwagę. Powiedz: *O, nowa budowla. Co o niej myślisz? / Czy trudno było ją zrobić?* Celem naszych pytań jest to, żeby to dziecko doceniło samo siebie. Jeśli bardzo uzależniliśmy dziecko od naszej pochwały, małymi krokami możemy przekierowywać je korzystając z pomocniczych pytań, np. *Co w tej budowli podoba Ci się najbardziej?* Analogicznie postępując z każdą inną rzeczą;
- stwórz przestrzeń, w której dziecko będzie mogło umieszczać wybrane przez siebie prace;
- zachęcaj rówieśników do opisywania prac innych kolegów;

- obserwuj – nie ma jednej recepty na wszystkich, ale pamiętaj, że celem jest to, by dziecko (bez narcystycznej przesady) samo doceniło swój trud, pomysł, wykonanie, uczynek;

Czy doceniamy tylko wytwory dziecka?

Absolutnie nie. Pewność siebie i wiara we własne możliwości nie zamyka się w umiejętności rysowania czy budowania. Bądźmy sprawiedliwi i doceniajmy u dziecka zachowania, pomysły, sposób rozwiązania. Co warto dostrzec?

- Jestem dumna, że podzieliłeś się zabawką.

- Wiesz, zauważyłem, że ustąpiłeś miejsca koledze. Miło z Twojej strony.

- Widzę, że samodzielnie umiesz pogodzić się z kolegą, a to naprawdę niełatwa rzecz.

- Zdenerwowałeś się i udało ci się samodzielnie z tym poradzić. Zauważyłeś?

- Jak tutaj czysto! Ty to potrafisz zadbać o porządk!

- Nie wpadłabym na taki pomysł. To bardzo ciekawe.

\*Cały rozdział dotyczący emocji dziecka zawarty jest w publikacji: *Jak wspierać rozwój przedszkolaka?*, Monika Sobkowiak .