

Як правильно хвалити дитину, або Що не так зі словом «молодець»*

Консультація для вихователів

Коли дитина розв'язує складне завдання, старається, дорослі намагаються підбадьорити, похвалити її приємними словами, як-от «молодець», «чудово» тощо. Чи знаєте ви, що цього недостатньо, щоб підтримати дитину та надихнути її розвиватися? А деколи така підтримка навіть шкідлива.

Батьки та педагоги, часто не замислюючись використовують для похвали шаблонні фрази. «Молодець!», «Яка ти розумниця», «Класно/чудово/красиво тощо» — діти очікують і начебто домагаються від нас цих слів. Таку реакцію вони сприймають як позитивну, підтримувальну, втім, насправді, часто вона — порожній звук. Узагальнена похвала не містить важливого повідомлення для дитини, не пояснює: «Чому в цій ситуації я молодець? Що саме я роблю добре? Чого я навчився, що я тепер умію?», — а отже, не дає із користю засвоїти досвід.

Замість узагальненої, «невизначеної» похвали дітям від дорослих потрібне свідоме визнання й значуща увага. Недарма одна з улюблених ситуацій усіх дошкільників — «Мамо (тату, бабусю, дідусю...), дивись!», коли дорослі мають відреагувати. Завдяки правильній реакції дорослих у дітей зростає самооцінка, розвивається наполегливість, самомотивація, здорова самовпевненість.

Коли дитину свідомо хвалити і демонструвати щирі зацікавленість, це викличе в неї внутрішнє вдоволення від власних дій. Натомість узагальнена похвала — це ніби винагорода цукеркою під час дресури, а в гіршому випадку — така собі «відмазка», щоб дитина не відволікала.

Як реакція дорослого формує досвід дитини



Для того щоб усвідомити, чому узагальнена похвала не корисна для дітей, знімімо «дорослу оптику».

Дорослі багато в чому умілі та вправні, кожен має власну історію досягнень. А діти лише набувають малого й великого досвіду, усе пробують і опановують. Щоб «загартувати» адекватну самооцінку, діти мають навчитися робити багато різних речей і дізнатися, що вони **здатні впоратися** із труднощами. Це знання кожна дитина отримує в ситуаціях **«прагнення → старання → успіх»**. Окрім того, дитина усвідомлює: не все вдається одразу, щось може взагалі не вдатися — і це нормально, це частина життя.



Узагальнена похвала від дорослого заважає дитині зробити досвід конкретним і «присвоїти» його на майбутнє. Натомість

свідоме визнання цьому сприяє. Як саме відрізняються ці реакції, розглянемо на прикладах.

Ситуація 1. Аліса, Всеволод (обом по 3,5 роки) і їхні мами — біля гірки, діти грають із листям, яке вони виклали на сході гірки. Підходить Ганнуся (5 років) і несміливо каже: «Я хочу покататися, мені треба зійти по сходах. Ви можете відійти?». Справедливо? Так, адже гірка насамперед для катання. Мама пояснюють це дітям, вони забирають листя та відходять в інше місце. Ганнуся повертається до свого батька, який сидить осторонь, і гучно шепотить: «Тату, я їм сказала, і вони зголосилися відійти!». Тато має два варіанти реакції, кожна з яких по-різному «відіб'ється» у досвіді дитини.

 Узагальнена похвала	 Свідоме визнання
<p>Що ви кажете: «Ну, і добре», «Молодець, тепер катайся» тощо</p> <p>Що усвідомлює дитина: «Татові сподобалося, що я пішла кататися»</p>	<p>Що ви кажете: «Так, вони зголосилися відійти, бо ти спокійно пояснила, що тобі потрібно. Ти змогла порозумітися з ними!»</p> <p>Що усвідомлює дитина: «Я можу порозумітися з людьми. Можу пояснити, що мені потрібно, і люди до мене прислухаються»</p>

Ситуація 2. Дарина (6 років) відвідує індивідуальні уроки вокалу. Дівчинка має приємний голос із широким діапазоном, залюбки виступає на сцені. Правда, її слух ще нерозвинений, часом вона «нечисто» інтонує. Для її віку це нормально, і педагог на заняттях послідовно над цим працює. Утім, роботі відчутно заважає мама Даринки — вона звикла щедро «засипати» доньку похвалами, щойно та видасть будь-який звук. У результаті дівчинка неохоче дослухається до порад педагога й «топчеться на місці», бо впевнена, що їй нема чого поліпшувати у своєму співі.

 Узагальнена похвала	 Свідоме визнання
<p>Що ви кажете: «Молодець!», «Ти ж моя розумниця!», «Ти так гарно співаєш»</p> <p>Що усвідомлює дитина: «Я завжди добре співаю. Мені не треба старатися»</p>	<p>Що ви кажете: «Ти сьогодні співаєш цю пісню впевненіше, ніж учора», «Тобі вдалося почути мелодію і чисто її заспівати»</p> <p>Що усвідомлює дитина: «Я стараюся — і в мене виходить ліпше. Учора мені було складно, а сьогодні вдається»</p>



Чим замінити похвалу

Діти прагнуть уваги дорослих, але не автоматичних реакцій на кшталт «молодець» або «чудово». У них є потреба розділити з близьким дорослим свій досвід. Тож найліпша реакція — приділити щирі увагу, вникнути в дії дитини і зрозуміти, що для неї тут виявилось цінним і бажаним. У кожному випадку відчуття успіху, навіть найменшого, — безцінне, бо воно зміцнює в дитини думку «я можу, я здатен, я прагну й досягаю».

Найпростіше, що можна сказати у відповідь на «Дивися, дивися на мене!» — «Так, я бачу, що ти робиш(зробив)!». А відтак увімкнути «режим спостереження й опису» — розказати дитині, що саме бачите.

Зазначити, що їй вдалося, що було непросто та як вона це пододала. У такі моменти дитина почувається добре, піднесено — і від власного досягнення, і від того, що дорослий визнав та оцінив це. Дитина запам'ятовує цей стан і надалі прагне повторювати досвід: «Мені хотілося це зробити — я спробував, постарався — мені вдалося».

Сашко (4 роки) вигукує: «Мамо, дивись, я екскаватор!». Мама може дати дитині свідоме визнання навіть у цій незначній ситуації.

 Узагальнена похвала	 Свідоме визнання
Що ви кажете: «Молодець!», «Гарна машина» тощо Що усвідомлює дитина: «Мамі подобається, коли зображую екскаватор»	Що ви кажете: «Ого, ти так схоже зобразив рукою ківш!», «Ти спостерігав за екскаватором і тепер можеш показати, як він працює» Що усвідомлює дитина: «Я уважно спостерігав і тепер можу сам зобразити машину»

Ті самі правила працюють й у групі дітей. Скажімо, вихователь розучує з дітьми нову рухливу гру. Хтось одразу повторює й запам'ятовує, а хтось — «гальмує» або соромиться виконувати рухи. У такій ситуації традиційна похвала дістанеться лише дітям, яким все вдається, а решті лишиться тільки сумувати або заздрити. Натомість спостереження й опис дадуть змогу віддати належне кожній дитині й узагалі уникнути протиставлень «добре — погано».

✘ Узагальнена похвала	✔ Свідоме визнання
<p>Що ви кажете: «Молодець, Світланко!», «От Михайлик добре рухається»</p> <p>Що усвідомлює дитина: «Я все вмю, а решта — ні», а в протилежному випадку: «Я не вмю грати, у мене ніколи не виходить»</p>	<p>Що ви кажете: «Андрійку вдалося підстрибнути», «Полінка та Богдан швидко бігають», «Ми тільки почали розучувати, а ви запам'ятали правила»</p> <p>Що усвідомлює дитина: «Ми вчимося, робимо багато нового, у нас поступово вдається ліпше»</p>

Як у дитини з'являється «установка на розвиток»

Спочатку все складно, а з практикою стає простіше — якщо дорослі допомагають дитині це усвідомити, у неї розвивається «установка на розвиток» (*англ.* growth mindset). Дитина зникає, що труднощі — частина життя і що їх долають наполегливістю.

Натомість ствердження на кшталт «ти розумний», «ти красуня», «ти чудовий музикант» — це наче фіксація певної якості. Наприклад, «ти розумний», раз по раз повторюване батьками, у свідомості дитини дорівнює

«мені все має даватися легко». А якщо не вдається — дитина складає руки, «задкує», до того ж може розчаруватися в собі та дійти хибного висновку «я — нездара».

Деякі діти уже у віці трьох-чотирьох років стають «шукачами похвал», часто запитують: «Я гарна?», «Тобі подобається мій малюнок?» тощо. Звичка орієнтуватися на інших може датися взнаки в підлітковому віці — дитина буде шукати схвалення однолітків, аж до небезпечних та відчайдушних вчинків. А в дорослому віці завжди сумніватиметься в собі, не зможе формувати зважені думки без схвалення інших — знайомих, колег, мас-медіа.

Ознайомтеся із порівняльною таблицею результатів впливу узагальненої похвали та свідомого визнання.

Звісно, немає потреби зовсім відмовлятися від звичної похвали. Утім, не обмежуйтеся нею, а тут-таки приєднуйте спостереження-«розшифровку»: чому ти молодець, що зробив добре і правильно, чого ти навчився, що тепер вмєш. І щедро додавайте: «Я дуже тебе люблю!». Так допоможете дітям розвинути

наполегливість, уважність до власних прагнень. Внутрішня впевненість і мотивація дадуть їм змогу знов і знов долати виклики.

*За матеріалами статті Наталії Вишинської, редактора освітніх видань, канд. мистецтвознавства, Київ (<https://emetodyst.expertus.com.ua/magazineprint?mid=39637>)

Від узагальнених похвал дитина засвоює:



- Немає потреби старатися, я і так все роблю добре
- Ліпше не пробувати нове, а повторювати те, за що хвалять
- Якщо щось не вдається, ліпше це кинути, інакше мене не похвалять
- Якщо робити те, що подобається дорослим, вони щось мені дадуть або куплять
- Мене люблять, коли я роблю приємне іншим

Від свідомого визнання дитина засвоює:



- Мені подобаються виклики
- Я охоче пробую щось нове, адже навколо мене багато цікавого
- Якщо спочатку щось не вдається, я пробую ще — і поступово роблю це краще
- Дорослі зацікавлені в тому, що я роблю, вони мене поважають
- Я знаю, що мене люблять