

# Dijete treba hvaliti - ali kako?

Često se roditelji pitaju trebaju li u određenoj situaciji pohvaliti svoju djecu. I ako da, koliko ih trebaju hvaliti jer ne žele da djeca postanu razmažena. Djecu treba hvaliti često, no važno je znati za što ih hvalimo.

Pohvala se obično daje nakon dobro obavljenog zadatka kao priznanje za taj uspjeh. Ponekad se pohvala daje i kako bismo povećali samopouzdanje djeteta. Međutim, pokazalo se da takva pohvala često ima suprotan efekt na samopouzdanje jer se onda djeca još lošije osjećaju kad dožive sljedeći neuspjeh.

## Zašto je to tako?

Naime, djeca kojoj stalno govore da su pametna, čak i kad se radi o nekom malom postignuću, pružaju otpor i ne žele iskušavati nove stvari ako misle da neće uspjeti u prvom pokušaju. Žele sačuvati sliku o sebi kao pametnom djetetu i izbjegavaju sve izazove koji bi mogli ugroziti tu njihovu sliku o sebi. Ako pokušaju i dožive neuspjeh, taj ishod smatraju osobnim porazom umjesto da uvide da je zadatak možda jednostavno bio vrlo težak ili da im treba vremena ili nečija pomoć da ga riješe.

**Pozitivne povratne informacije pomažu djeci na mnogo raznih načina. No, istraživanja pokazuju da je bolje pohvaliti djecu zbog toga što su se potrudila nego zato što su pametna.**



Pozitivne povratne informacije i pohvale koje se temelje na tome **koliko se dijete trudilo**, bez obzira na to je li njegovo nastojanje polučilo uspjeh, omogućuju djetetu da shvati da uz više učenja ili vježbe može:

- Pokušati ponovno
- Zatražiti savjet ili pomoć druge djece i odraslih

- Vratiti se zadatku kasnije
- Zaključiti da još uvijek nije spremno za taj zadatak

Važan je **misaoni sklop** koji imamo.

Neki ljudi imaju zatvoreni misaoni sklop i vjeruju da su njihove sposobnosti urođene i da su te predodređene karakteristike zaslužne za uspjeh koji postižu.

Drugi ljudi imaju misaoni sklop orijentiran prema rastu i vjeruju da su **marljivost, obrazovanje i upornost** temelj uspjeha, što obično dovodi do boljih dugoročnih ishoda.

### Što bi trebalo učiniti?

- ❖ Dojenčad hrabriti komentarima kao što su: „Hajde, ti to možeš“, „Lijepo“, „Mogu li ti malo pomoći?“
- ❖ Maloj djeci možemo reći: „Lijepo, zaista si se potrudio/la“, „Divno, zaista si dao/la sve od sebe“
- ❖ Djeci vrtićke dobi, koja postaju sve neovisnija i samosvjesnija, možemo reći sljedeće: „Zbilja si to lijepo riješio/la. Želiš li nešto napraviti drugačije?“, „Samo nastavi, izvrsno napreduješ“

U svim fazama dječjeg razvoja poticanje djeteta da nastavi učiti uzrokuje reakcije u mozgu koje aktiviraju sustav nagrađivanja u mozgu. Fiziološki osjećaj zadovoljstva postaje povezan s učenjem i marljivošću. Tako započinje vrlo važan razvoj pozitivnog samopoštovanja i unutarnje motivacije.

Pripremila: Anita Žerjav, mag. psych.

#### Literatura:

- Stamm, J. (2019). Kako ojačati dječji mozak. *Naklada Kosinj: Zagreb*.
- Dweck, C. (2007). *Mindset: The New Psychology of Success*. New York: Random House.