

## Vaiko drąsinimas. Gyrimo ir drąsinimo skirtumai

Kad žmogaus mokymosi procesas vyktų sklandžiai, formuotųsi adekvatus savęs vertinimas, jis turi žinoti, kad kiti juo pasitiki, tiki, kad jis gali išmokti, gerbia jį ir jo pastangas, nesmerkia už klaidas. Savo tikėjimą, pasitikėjimą ir pagarbą galime parodyti **padrąsindami** kitus.

Kad galėtume padrąsinti žmogų, nebūtina jo puikių rezultatų, užtenka žmogaus pastangų mėginant ką nors atlikti savarankiškai. **Padrąsinti kitą galime ir tada, kai jis padaro klaidų.**

Tuo metu, kai žmogui nesiseka, jam labiausiai reikia aplinkinių paramos ir padrąsinimų.

**Padrąsinti galima ne tik žodžiais, tai galima padaryti žvilgsniu, šypsena, galvos linktelėjimu, apkabinimu ir pan.**

### Padrąsinimų pavyzdžiai

#### Pasitikėjimo išraiška:

- Aš tavimi pasitikiu/tikiu.
- Aš gerbiu tavo sprendimą.
- Tai nėra paprasta, bet tikiu, kad tau pasiseks.
- Tu viską darai gerai/supranti (stebint konkrečią veiklą).
- Ir kaip tau tai pavyko?
- Išmokyk ir mane tai padaryti taip, kaip tu tai darai!
- Tu tai darai geriau už mane/ Tau tai pavyksta geriau, nei man (kai iš tikrųjų vaikui kažkas pavyksta geriau, nei tėvams).

#### Dėmesio atkreipimas į pastangas, indėlį:

- Aš matau, kad tu į tai įdėjai labai daug darbo.
- Aš matau kaip tu stipriai stengiesi.
- Tu taip padirbėjai ties tuo ir dabar pats esi patenkintas rezultatu.
- Tau išeina visai gerai!
- Galiu įsivaizduoti, kiek tam prireikė laiko!
- Įsivaizduoju kaip ilgai stengeisi, kad tai pavyktų!
- Kiek reikėjo visko prigalvoti, kad tai pavyktų!

#### Padėka už kartu praleistą laiką:

- Aš labai vertinu kartu su tavimi praleistą laiką.
- Nekantraudamas laukiu rytojaus, kada vėl apie tai galėsime pasikalbėti.

- Su tavimi labai įdomu!
- Man labai patiko kaip mes su tavimi dirbome.
- Aš džiaugiuosi, kad tu čia!
- Su tavimi labai įdomu ir malonu bendrauti.

**Padėkite pačiam įvertinti savo veiklos rezultatą:**

- Ką tu pats manai apie tai?
- Įsivaizduoju kaip tau pačiam malonu!
- Kas tau pačiam čia labiausiai patinka?
- Kaip tu pats galvoji?
- Kaip tau pačiam atrodo?
- Kaip norėtūsi tau pačiam?

**Padėka už pagalbą ir indėlį:**

- Labai ačiū tau už tai, kad tu...(įvardinti konkretų dalyką).
- Ačiū už tai, ką padarei.
- Ačiū už tavo pagalbą.
- Ačiū už supratingumą.
- Tai man labai didelė pagalba, ačiū.
- Tu man taip padedi!
- Tavo dėka aš viską pabaigiau greičiau.
- Ačiū už išsakytą nuomonę.

**Pasakykite tai, ką matote:**

- Matau kaip stengiesi netriukšmauti, kol dirbu.
- Tai bent, grupėje buvo tylu visą pamoką!
- Kokias ryškias spalvas tu naudoji!
- Aš matau, kad tu labai stengiesi!
- Pastebiu, kad labai stengiesi suprasti.

**Apibūdinkite kaip jaučiatės:**

- Aš taip džiaugiuosi, kad padirbėjai ir gavai tave tenkinantį rezultatą.
- Aš jaučiu, kad mes su tavimi – viena komanda!
- Man labai malonu, kai tu taip kalbi.
- Džiaugiuosi, kad prisijungei prie mūsų.

### **Padrąsinimų ir pagyrimų pasekmių skirtumai**

- Padrąsinimas pripažįsta ir skatina tobulėjimą. Jis orientuotas į procesą. pagyrimas pripažįsta baigto darbo (ar dalies) tobulumą. Jis orientuotas į rezultatą.
- Padrąsinimas nukreiptas į tai, ką vaikas gali padaryti. Pagyrimas yra vertinimas, nukreiptas į asmenį.
- Padrąsinimas pabrėžia tikėjimą vaiko galiomis. Pagyrimas turi manipuliacijos, aptarnavimo ir prižiūrėjimo aspektą, ugdo priklausomybę nuo vertinimo.
- Padrąsinimas stimuliuoja ilgalaikę motyvaciją, nukreiptą į vaiko asmeninį tikslą. Pagyrimas suteikia trumpalaikę motyvaciją, nukreiptą į pritarimą ir pripažinimą.
- Padrąsintas vaikas jaučiasi vertu ir be kitų asmenų pritarimo. Pagirtas vaikas jaučiasi vertu ir reikšmingu, kol kažkas jį pastebi ir giria.
- Padrąsinimas skatina vaiką jaustis lygiaverčiam. Pagyrimas atskiria giriančiojo ir vaiko statusą, vaiką išlaikant žemesniame lygyje.
- Padrąsinimas skatina keistis dėl savęs. Pagyrimas skatina keistis dėl kitų.
- Padrąsinimu skatinama vidinė vaiko kontrolė. Pagyrimu vaikui teikiama išorinė kontrolė. Vidinė kontrolė neskatinama.
- Padrąsinimas moko mąstyti savarankiškai. Pagyrimas moko ieškoti būdų pamaloninti kitus.
- Padrąsinimo efektas ateičiai – savęs vertinimas ir tikėjimas savo jėgomis. Pagyrimo ilgalaikis efektas – priklausomybė nuo aplinkinių vertinimo ir savigarbos smukimas, jei nepagiriamas.
- Padrąsinimas skatina bendradarbiauti. Pagyrimas skatina konkuruoti dėl „geriausiojo“ vardo.
- Padrąsinimas suteikia vaikui pasitikėjimą ir ramybę. Pagyrimas sukelia įtampą ir nerimą.

Parengė psichologė Agnė Seredienė, remiantis STEP tėvų mokymo programos metodine priemone