

# Chválit lze dobře i špatně: 7 tipů, jak správně děti chválit

21. 12. 2015

**Kéž bychom dokázali naše děti chválit, a přesto z nich nevychovat jedince, kteří nedokážou být v budoucnu šťastní bez zpětné pozitivní vazby.**

Dobře formulovaná pochvala pronesená v pravý čas je sladší a delikátnější než čerstvý zákusek. Pochvala dává chuť do další práce. Pochvala je skvělá motivace. Pochvala je odměna. Upřímná pochvala je i skutečným projevem zájmu o člověka, kterého chválíme. Přemýšleli jste někdy nad tím, jak své děti vlastně chválíte?

## 7 tipů, jak správně chválit

- Ať už je takový, nebo makový, vždy by měl v dětství slyšet mnohem více pochval než kritiky.
- Pochvalu by dítě nikdy nemělo vnímat jako důkaz vaší lásky. Láska má být bezpodmínečná, dítě nemá mít pocit, že si ji musí zasloužit.
- Nikdy nechvalte z povinnosti a setrvačnosti, automaticky a rutinně, bez přemýšlení. Děti nejsou hloupé, starších dětí se taková pochvala může i dotknout. Dospělí mívají v takových situacích dokonce pocit, že je máte za hloupé.
- Ne vždy jde pochválit úspěch, ale takřka vždy lze pochválit snahu – nezapomínejte na to.
- Chvalte upřímně; děti nás velmi brzy prokouknou. Jak by nás pak mohly brát vážně? Nelze upřímně pochválit obrázek? Možná jdou pochválit skvěle zvolené barvy. Místo úhledné kličky na kaničce vyrobil s nasazením všech sil nevzhledný uzel? Klička to není, ale zase si poradil, a to je také hodně důležité!
- Mnohem lepší a ve svých cílech „údernější“ jsou konkrétní pochvaly, než všeobecné fráze.
- Slovní formu pochvaly přizpůsobujte věku, pochválíte-li desetiletého kluka rozjásanými slovy: „Ty jsi můj šikulíček!“ pochvalu naprosto degradujete. Řeknete-li naopak s vážnou zaujatou tvářou dvouleté holčičce „Perfektní výkon! Skvělá práce, Marie!“ možná nebude vědět, co jí chcete sdělit.

Učte děti nebýt závislé na pochvale. Veďte je k tomu, ať se umí pochválit i samy.

Ať už se nám to líbí, nebo ne, většina z nás bývá do jisté míry závislá na ocenění druhých. „Všichni jsme závislí na ocenění druhých. Je však třeba umět se bez tohoto ocenění po nějakou dobu obejít, nebýt jeho otrokem. Originální umělec, spisovatel nebo filosof, který předběhne dobu, čeká někdy na ocenění velmi dlouho, možná se dočká až po smrti. Ale i obyčejný člověk má být schopen sebevědomé jistoty, radosti, a dokonce nadšení nad tím, jak se mu dílo povedlo.“ tvrdí klinický psycholog a pedagog Pavel Říčan.

Ano, pochvala je skvělá, příjemná a pomáhá nám vyjadřovat lásku a uznání, pomáhá nám odměňovat, ale má i svou temnou tvář – závislost. Kéž bychom jako rodiče měli dostatek moudrosti k tomu, aby si naše děti byly jisté naší bezpodmínečnou láskou, která není závislá na tom, co a jak děti vytvoří, zda vyhrají závod, budou mít jedničky, budou štíhlé a krásné apod.

- Kéž naše pochvaly lásku sice vyjadřují, ale nejsou jejím „důkazem“.
- Kéž bychom dokázali naše děti chválit, a přesto z nich nevychovat jedince, kteří nedokážou být šťastní bez zpětné pozitivní vazby.
- Kéž bychom děti dokázali chválit tak, aby se dané aktivitě (kreslení, sportu, hudbě apod.) nevěnovaly pouze kvůli pochvale a uznání druhých, ale kvůli aktivitě samotné.