

Komunikaty pozytywne – formułowanie pochwał

Wprowadzenie

Komunikaty pozytywne są ważnym elementem pracy z dziećmi i młodzieżą (Harris, Wolf, Baer, 1967). Bycie chwalonym sprzyja budowaniu poczucia własnej wartości, zadowolenia z siebie. Wpływa pozytywnie na motywację do nauki, zwiększa zaangażowanie w wykonywaną aktywność, pomaga dokończyć rozpoczęte zadania. Stanowi konstruktywną informacją zwrotną. Może pozytywnie wpływać na relację między nauczycielem a uczniem. Dzieci i młodzież czują się ważni, zauważeni i docenieni przez dorosłego (Zhu, 2008).

Zdarza się, że nauczyciele w pracy skupiają się na przekazywaniu informacji dotyczących tego, co uczeń lub uczennica ma poprawić, co odbiega od oczekiwań czy norm. Wynika to z błędnego przekonania, że właśnie dzięki takim wskazówkom uczniowie nie tylko szybko się „poprawią”, ale także zapamiętają, jak należy postępować i w przyszłości lepiej będą kierować swoim zachowaniem. Jednak częste rozmowy o zachowaniach niepożądanych sprawiają, że zarówno nauczyciele, jak i uczniowie koncentrują się na tym, czego chcieliby uniknąć. Warto zacząć dostrzegać i doceniać te zachowania, które są w klasie pożądane. Wtedy uczniowie poczują się zachęcani do dalszych starań (Zhang, Du, Deng, 2021).

Podejmując decyzję o wykorzystywaniu pochwał, nauczyciel musi jednak pamiętać, że nie każde „miłe” zdanie okaże się skuteczną pochwałą. Choć może się wydawać, że chwalenie nigdy nie zaszkodzi, badania pokazują co innego. Niektóre formy doceniania mogą obniżać motywację osoby chwalonej, uzależniać ją od otrzymywania zewnętrznej gratyfikacji czy wywoływać poczucie bezradności w obliczu trudności (Corpus, Lepper, 2007). Na szczęście, w przypadku formułowania pochwał jakość łączy się z prostotą. Nauczyciel może szybko włączyć

do swej praktyki efektywne chwalenie, wykorzystując schematy i pamiętając o podstawowych cechach pochwał.

Cechy dobrej pochwały

- Pozytywnie sformułowana, np. „Zgodnie się bawiłeś z kolegą, super” zamiast „Przez cały dzień nie biłeś się z kolegą, super!”.
- Krótka, jedno lub dwa zdania, bez dodatkowych komentarzy, które mogą zagłuszyć przekaz.
- Precyzyjnie opisująca zachowanie, np. „Wyjąłeś na czas książki z plecaka. Widzę to”.
- Natychmiastowa, czyli występująca tuż po zachowaniu.
- Z zachowaniem kontaktu wzrokowego.
- Adekwatna pod względem mocy jak i treści; za drobne rzeczy można chwalić w sposób stonowany, słowa wyjątkowe zostawiamy na wyjątkowe okazje.
- Sformułowana wprost, bez ironii i aluzji.
- Częsta, nawet za najmniejsze postępy.
- Odnosząca się do wkładanego w pracę wysiłku, nie predyspozycji niezależnych od dziecka, np. „Widzę, że się napracowałeś” zamiast „Ale Ty ładnie malujesz!”.
- Niezawierająca dodatkowych komentarzy. Chwalenie to nie moment na odwoływanie się do wartości, zasad dobrego wychowania. Błędnie sformułowaną pochwałę zawiera wypowiedź: „Podziękowałeś koledze po pracy w parze. To ważne, abyśmy się wzajemnie szanowali i przestrzegali zasad, na które jesteśmy umówieni. Pomoże nam to w przyszłości lepiej pracować i przyda się w dorosłym życiu”.

Schematy tworzenia pochwał

Poniżej przedstawiamy proste schematy, które można stosować w pracy z uczniami. Ważne, aby schematy stosować bez modyfikacji. Opisana forma pochwał ma związek z ich skutecznością.

1. OPISZ, CO WIDZISZ lub OPISZ ZACHOWANIE DZIECKA
„Książka na ławce, otwarty zeszyt, cyrkiel i linijki przygotowane”.
„Wypełniłeś ćwiczenie, o które prosiłam, dobra robota”.
2. OPISZ ZACHOWANIE DZIECKA i OPISZ, CO CZUJESZ
„Widziałam, że chciałeś podać rozwiązanie, ale czekałeś na swoją kolej, jestem z ciebie dumna”.
„Przyznałeś się do błędu, bardzo mi to imponuje”.
3. OPISZ, CO WIDZISZ i NAZWIJ TO
„Już trzeci raz wycinasz tę siatkę graniastosłupa, to jest wytrwałość”.
„Jesteś na czas, to się nazywa punktualność”.
„Powiedziałeś, że uzupełnisz zeszyt na dzisiaj i wszystko jest zrobione, to się nazywa być słownym”.

Treść pochwał

Nauczyciele czasami wyrażają wątpliwości, czy słuszne jest chwalenie uczniów za coś, co jest „zwykłym obowiązkiem”, czymś „normalnym”, „postępowaniem zgodnym z zasadami kultury”. Wypowiadanie pochwał wydaje się im sztuczne, czują się wtedy niekomfortowo. Warto jednak zaufać skuteczności tego sposobu komunikacji i spróbować. Wskazane wcześniej badania pokazują, że pochwały mogą wspierać nauczyciela w pracy z klasą. Wiadomo, że w procesie uczenia się uczniowie wiele razy podejmują próby, mylą się i próbują jeszcze raz. Każde zachowanie zgodne z oczekiwaniami nauczyciela jest powodem do radości. Warto świętować nie tylko duże sukcesy, ale także doceniać małe sukcesy każdego ucznia i każdej uczennicy.

Poniżej przedstawiamy przykładowe tematy pochwał:

1. Za przestrzeganie zasad (nawet za próby ich przestrzegania):
 - zabieranie głosu w określony sposób,

- dbanie o porządek i czystość w klasie,
 - zadawanie pytań dotyczących tematu,
 - trzymanie telefonu w plecaku,
 - zgłaszanie trudności,
 - bycie na czas.
2. Za interakcje z innymi dziećmi:
- pomaganie innym,
 - okazywanie troski o samopoczucie / pytanie o samopoczucie,
 - przekazywanie wiadomości nieobecnym,
 - gotowość do pracy,
 - przygotowanie materiałów potrzebnych do lekcji,
 - szybkie zajęcie miejsca,
 - schowanie zabawek.
3. Za zmiany w zachowaniu, nawet małe.

Gdy nauczyciel pracuje z uczniem nad zmianą zachowania, może dostrzegać nawet drobne bądź krótkotrwałe postępy. Wyobraźmy sobie, że nauczycielka pracuje z uczniem, który ma trudności z siedzeniem w ławce przez całą lekcję, często wstaje, chodzi po klasie. Ustalili razem, że na pierwszym etapie pracy nauczycielce zależy, aby uczeń siedział zawsze na początku lekcji, gdy podawany jest cel lekcji.

W pierwszych dniach pracy nauczycielka szczególnie będzie starała się zauważać te momenty, gdy uczeń usiądzie i gestem (np. podnosząc rękę z kciukiem w górę, podchodząc i krótko mówiąc: „Siedzisz w ławce, super!”) pomóc i jemu zauważyć, że udało mu się osiągnąć ten mały sukces. Będzie to robiła nawet wtedy, gdy uczeń usiądzie tylko na chwilę, a potem wstanie. W dłuższej perspektywie nauczycielka będzie oczekiwała, że okresy, gdy uczeń siedzi w trakcie pracy, będą się wydłużać. Jednak na początku istotne jest podkreślanie nawet małej zmiany.

Słowa zakazane

Zdarza się, że chcąc pochwalić, formułujemy komunikat pozornie pozytywny, który niesie także przekaz negatywny, np. odwołujący się do minionych porażek, porównujący do innych. Chwaląc ucznia, należy unikać poniższych słów:

- WRESZCIE zachowałeś się jak człowiek.
- NARESZCIE zrobiłeś lekcje, brawo.
- NIGDY się nie spóźniasz, świetnie.
- ZAWSZE masz dobre pomysły.
- Wszystko przepisałeś, ALE zobacz, ile narobiłeś błędów.
- W KOŃCU jesteś dobrym uczniem.
- Wyglądasz dziś ładniej NIŻ wczoraj.
- Zrobiłeś to lepiej NIŻ twój brat.
- Zrobiłeś to PRAWIE JAK twój brat.
- TYM RAZEM wzięłeś ze sobą worek.
- TYLKO DWA RAZY w tym tygodniu byłeś spóźniony.
- Jakie postępy poczyniłeś! JAK CHCESZ, TO POTRAFISZ.
- MÓGŁBYŚ tak zawsze.
- CAŁKIEM NIEŻLE.

Bibliografia:

Corpus, J., Lepperb, M. (2007). The Effects of Person Versus Performance Praise on Children's Motivation: Gender and age as moderating factors. W: *Educational Psychology*, 27, 4, s. 487–508.

Harris, R. R., Wolf, M. M., Baer, D. M. (1967). Effects of adult social reinforcement of child behavior. W: W. W. Hartup & N. L. Smothergill (Eds.). *The young child: Reviews of research* (s. 13–26). Washington, DC: National Association for the Education of Young Children.

Zhu, G. M. (2008) *Implications of Praise and Criticism*. Beijing: Beijing University, pp. 46–55.

Zhang, S., Du, X., & Deng, J. (2021). A mixed study on the effectiveness of verbal praise in primary school class. *Science Insights Education Frontiers*, 10(1):1353–1363.