



DOBRA POCHWAŁA

1. **Postaraj się konstruować pochwałę w taki sposób, by składała się z trzech części: opisu sytuacji (namalowałeś obrazek), opisu uczuć (bardzo mi się podoba niebo) i podsumowania (jestem z ciebie dumna i ty również powinieneś być z siebie dumny).**
2. **Chwal pięknych za inteligencję, a mądrych za ich urodę** - chwal dziecko za to czego u siebie nie widzi. Doceniaj za to, że chce coś zrobić/osiągnąć, a nie za to co już ma.
3. **Znajdź coś, co naprawdę Ci się podoba** - bądź wiarygodny, chwal to co naprawdę Ci się podoba, dzieci od razu wychwycą fałsz.
4. **Nie próbuj pod przykrywką pochwały przemycić krytyki.** Unikaj więc sformułowania: No proszę, jednak potrafisz malować nie wychodząc za linie.
5. **Docień siebie.** Jeśli umiesz przyjmować pochwały i dobrze czujesz się sama/sam ze sobą, z pewnością będziesz potrafiła/potrafił umiejętniej pochwalić wysiłki swojego dziecka.