



Beröm



Beröm det som barnen har kontroll över, kan rå för - **handlingen, ansträngningen, fokus, beslutsamheten** istället för att berömma barnet. Varför?

Då vi berömmar barn för något de själva direkt kan påverka, ger vi dem makten att utvecklas. Om de misslyckas med en uppgift är de mer benägna att försöka igen, eftersom de via berömmen de fått har förstått att resultaten beror på ansträngningen de gjort.

Då vi berömmar barn för något de inte kan påverka, såsom smarhet eller intelligens är de mer benägna att luta sig tillbaka och lita på att det fixar sig eftersom de upplever att de är smarta eller intelligenta. Ett misslyckande kan bli en väldigt hård smäll för barnet eftersom misslyckandet kan ses som ett bevis för att man inte heller är smart och man tappar tron på sig själv. Barnet ser inte att misslyckandet beror på valen hen gjort, att hen inte ansträngt sig tillräckligt utan tror att hen helt enkelt inte är tillräckligt smart.

Beröm som t.ex.
"Bra resultat! Du har kämpat fint."
kan få barnet att inse att hen själv kan påverka sina framgångar och misslyckanden.

Då barnet lyckas → "Jag klarade det. Jag gjorde vad som behövdes".

Då barnet misslyckas → "Jag måste försöka igen. Jag behöver ändra på något för att lyckas"

Beröm som t.ex.
"Du är så smart!" "Du är så duktig!"
kan få barnet att tro att hen **inte** kan påverka sina framgångar och misslyckanden.

Då barnet lyckas → "Jag är smart"

Då barnet misslyckas → "Jag är inte smart"

Jämför med detta:

Om ett barn har jonglerat med finporslinet och en av kopporna ligger nu i tusen bitar på golvet är vi vuxna mer benägna att säga

"Det var dumt gjort!" istället för "Du är dum!"

"Det var dumt gjort" → "Det jag gjorde var dumt. Jag ska inte göra så igen. Jag vet nu bättre."

"Du är dum!" → "Jag är dum... Det spelar ingen roll vad jag än gör så är jag dum."

Beröm

- Ge trovärdig beröm
- Jämför inte barn (t.ex. syskon eller klasskompisar) sinsemellan.
- Jämför barnets framsteg med barnets tidigare framsteg
- Undvik beröm som börjar med orden "Du är..."
- Exempel på beröm som gagnar barnet:
 - "Bra resultat! Var det svårt att få så många rätta svar?"
 - "Wow! Du måste ha kämpat hårt."
 - "Härligt jobbat! Detta är bättre än du fick på förra provet. Vad gjorde du annorlunda denna gång?"
 - "Superbra spelat idag! Varför tror du att du lyckades så bra idag?"
 - "Vilken underbar text du skrivit! Vilket parti är din favorit?"
 - "Du sjöng så vackert. Har du övat mycket?"
 - "Bra tänkt! Hur kom du på den idén?"
 - "Du lyckades bra eftersom du arbetat så hårt"

Om det går dåligt för ett barn i t.ex. ett prov - **skäll inte ut barnet, straffa inte**. Fundera istället tillsammans *varför* det gick dåligt. **Fundera på vad ni kan göra annorlunda nästa gång.**

Barn som ofta får höra att de är jätteduktiga ger oftare upp då de stöter på problem än barn som får feedback om sin ansträngning. **Barn som får lära sig vikten av att misslyckas, förbättras mer.**