

badania i analizy

Chwalić... ale jak?

Małgorzata Bukowska-Ulatowska,
nauczyciel konsultant ds. diagnoz i analiz
oraz edukacji języków obcych

Wiele koncepcji pedagogicznych podkreśla znaczenie pozytywnych komunikatów przekazywanych uczniom.
Czy jednak każda pochwała w podobnym stopniu wspiera proces uczenia (się)?
Ciekawej odpowiedzi na to pytanie udziela psycholog
dr Carol S. Dweck, uznana amerykańska badaczka,
zajmująca się psychologią społeczną i psychologią rozwoju człowieka.

Wyniki badań prowadzonych przez dr Dweck na przestrzeni dwudziestu lat doprowadziły do wyodrębnienia dwóch rodzajów ludzkich nastawień, czyli przekonań o sobie. Są na tyle sugestywne, że kształtują psychikę danej osoby, wpływają na podejmowane decyzje, a w konsekwencji – znacząco oddziałują na całe życie człowieka. Przekonania opisane przez badaczkę to: **nastawienie na stałość** (*fixed mindset*) oraz **nastawienie na rozwój** (*growth mindset*).

Osoby nastawione na stałość postrzegają swoje cechy, takie jak inteligencja czy osobowość, jako trwale ustalone. Przy takim wyobrażeniu codzienne funkcjonowanie człowieka we wszystkich aspektach życia (relacjach międzyludzkich, pracy zawodowej, nauce itd.) wymaga ciągłego udowadniania własnej wartości. Każda sytuacja podlega ocenie – jest potwierdzeniem lub zaprzeczeniem sprawności umysłowej lub siły charakteru danej osoby. Przy takim nastawieniu porażkę postrzega się jako zagrożenie dla indywidualnej tożsamości, przekreślenie integralnej części „ja”. Podejście to generuje postawy ucieczki lub bierności wobec wyzwań, utrudnia skupienie się na nauce i czerpanie z niej przyjemności.

Punktem wyjścia nastawienia na rozwój jest przekonanie, że podstawowe cechy człowieka można zmieniać

i doskonalić. Początkowy potencjał bywa różny, ale zawsze istnieje szansa na rozwój poprzez pracę. Zdolności, zainteresowania czy cechy charakteru nie są nam dane raz na zawsze, w dużym stopniu możemy je samodzielnie kształtować. Zasadność tego przekonania potwierdzają wyniki badań neurobiologów, wskazujące na wzajemny wpływ dziedzictwa genetycznego oraz doświadczeń życiowych i świadomej pracy jednostki. O sukcesie nie tyle decydują wrodzone zdolności i predyspozycje, co ich celowe zaangażowanie oraz kształtowanie. Nastawienie na rozwój to otwartość na nowe wyzwania i wytrwałość w dążeniu do celu. Przy takim podejściu nie trzeba ukrywać własnych słabości ani tracić energii na udowadnianie innym swojej wartości. Naturalne staje się poszukiwanie sytuacji oraz relacji motywujących do rozwoju. Poczucie sprawstwa, przekonanie o tym, że wartościowe cechy można u siebie rozwijać, znakomicie zachęcają do nauki w różnych kontekstach.

W toku badań prowadzonych przez dr Dweck okazało się, że sposób chwalenia uczących się sprzyja budowaniu u nich nastawienia na stałość lub nastawienia na rozwój. Za co chwalimy? Możemy koncentrować naszą uwagę wyłącznie na efekcie końcowym, przekazywać komunikaty podkreślające talent, zdolności czy umiejętności ucznia. Stawiamy się tym samym w roli sędziów ferujących wy-

Stosuj pochwały w rodzaju:

1. *Włożyłeś dużo pracy w nauczanie się tego materiału i widać efekty Twojego wysiłku.*
2. *To zadanie było naprawdę skomplikowane. Doceniam, że zdołałeś tak długo skupić uwagę i doprowadzić pracę do końca.*
3. *Bardzo zaangażowałeś się w przygotowanie występu i widzowie byli pod ogromnym wrażeniem.*
4. *Podziwiam to, ile razy próbowałeś rozwiązać ten problem i jak szukałeś nowych pomysłów.*
5. *W przemyślany sposób dobrałeś kolory na tym obrazku, doskonale oddają jesienny nastrój. Jak osiągnąłeś taki efekt?*
6. *Wytrwale szukasz metody, która pomoże Ci lepiej zapamiętywać nowe słówka. Co się najlepiej sprawdziło do tej pory?*

Unikaj następujących komunikatów:

1. *Jesteś urodzonym skrzypkiem!*
(wywołuje u odbiorcy myśli:
*A kim będę, jeżeli nie zagram
dobrze koncertu albo ktoś inny
okaże się lepszy ode mnie?)*
2. *Jesteś taki inteligentny!*
Z łatwością osiągasz sukcesy!
(*Skoro muszę w coś włożyć
więcej pracy, to nie jestem
inteligentny.*)
3. *Świetnie Ci poszło, jakiś Ty
mądry!* (Jeżeli coś mi nie wyjdzie od razu, to będzie znaczyło, że jestem głupi. Lepiej nie ryzykować i nie próbować.)
4. *To wypracowanie jest niesamowite, rośnie nam tu nowy Sienkiewicz!* (Nie będę testował innych sposobów pisania, bo jeszcze okaże się, że jednak nie jestem taki błyskotliwy.)

rok: „Jesteś świetny w...”, „Jesteś urodzonym...” Odbiorca takiego komunikatu będzie starał się podtrzymać naszą opinię, a pomoże mu w tym ukrywanie, że z czymś sobie nie radzi oraz unikanie wyzwań, którym mógłby nie sprostać. Chwaląc za talent, wskazujemy źródło sukcesu ucznia poza nim samym i nie zachęcamy do podejmowania dalszych wysiłków. Porażki, a nawet drobne niepowodzenia, będą odbierane jako klęski. Pojawią się myśli w rodzaju: „**Jednak nie** jestem świetny w... **Jednak nie** jestem urodzonym... Kim w takim razie jestem? Czy ja w ogóle jestem coś wart?”

Chcąc wzmacniać nastawienie na rozwój, chwaląc ucznia, koncentrujemy naszą uwagę na procesie dochodzenia do wyniku. Chwalmy za wkład pracy, zaangażowanie, postęp, wytrwałość, podejmowanie kolejnych prób rozwiązania problemu itp. Pokazujemy, że jesteśmy sprzymierzeńcami w rozwoju, kibicujemy wysiłkom, wspieramy podejmowaną pracę. Dzięki takiemu przekazowi młodzi ludzie nauczą się, że porażka to jedynie sygnał, że w tej chwili **jeszcze nie** osiągnęli założonego celu, ale dopóki są w drodze – chcą zmiany i podejmują wysiłek – mają szansę na rozwój i realizację zamierzeń. Taki sposób wzmacniania ucznia ma szczególne znaczenie w przypadku osób, które częściej doświadczają trudności i niepowodzeń niż spektakularnych sukcesów. Przy okazji udzielania pochwały rozwojowej możemy też skierować uwagę uczącego się na efektywne strategie edukacyjne. Zapytajmy np.: „Co pomogło Ci skupić się na zadaniu?” albo poprośmy: „Opowiedz mi o tym, jak przygotowywałeś się do tego egzaminu.”

Pochwała jest potężnym narzędziem w rękach rodziców i nauczycieli: może służyć budowaniu u podopiecznych nastawienia na rozwój, stanowiącego kapitału na całe życie, ale też może wzmacniać nastawienie na stałość, wywołujące postawy lęku i wycofania. Warto zastanowić się, za co chwalimy młodych ludzi. Warto chwalić, jednak umiejętnie.

źródło: Carol S. Dweck, *Mindset. The New Psychology of Success*, New York 2006

Zapraszamy do zapoznania się z 5. tomem CENnych Praktyk – „Czytamy na Pomorzu”

Znajdą tam Państwo liczne artykuły poświęcone czytelnictwu i programom upowszechnia czytelnictwa, dobrym praktykom, promowaniu książki. Pasjonaci i miłośnicy książek powiedzą nam, co zrobić, by przyciągnąć ucznia do biblioteki, co uczynić, by chętnie wracał i czuł satysfakcję i radość z czytania.
<http://www.cen.gda.pl/publikacje/>

