

# Budowanie pewności siebie u dziecka

**Większość uczniów obawiając się wykluczenia, podąża bezwiednie za modą lub oczekiwaniami dorosłych. Dlaczego tak chętnie mówimy o „życiu w zgodzie ze sobą”, ale z jakichś powodów odmawiamy tego prawa naszym dzieciom?**



**Katarzyna Janas**

współzałożycielka Instytutu Durkalskiego RMP Polska sp. z o.o., ekspert i praktyk z zakresu motywacji wewnętrznej, propaguje naukowe podejście do motywacji Reiss Motivation Profile.

Truizmem jest stwierdzenie, że każdy rodzic chce, aby jego dziecko było szczęśliwe. W tym pragnieniu nie ma niczego złego, ale goniąc za sukcesem dziecka, niektórzy dorośli mają tendencję do zaspokajania własnych ambicji, zamiast troskliwego wstuchiwania się w potrzeby podopiecznego.

## Wspieranie wyborów dziecka

Motywacja wewnętrzna u młodego człowieka ujawnia się już w jego codziennych wyborach, które my – dorośli – zbyt szybko oceniamy jako negatywne. Dziecko nie chce posprzątać pokoju? Jest bałaganierzem i trzeba go tego oduczyć. Cały dzień siedzi samo w pokoju, zamiast wyjść na dwór i spotkać się ze znajomymi? Jest odludkiem, więc trzeba nakłonić je do spotkań. Nie wybrało najlepszego liceum w mieście, tylko zwyczajną szkołę dla „przeciętniaków”? Brakuje mu ambicji!

Próbując wychować dziecko według swoich potrzeb, łatwo wywołać w nim wewnętrzny konflikt i poczucie rozdarcia między swoimi pragnieniami a oczekiwaniami rodziców. Tymczasem to właśnie w tym momencie dziecko podejmuje pierwsze życiowe wybory. Kiedy, jeśli nie teraz, rodzice powinni być dla niego szczególnym wsparciem?

## Konflikt motywatorów

Kompleksowy obraz motywacji buduje się około czternastego roku życia. To wtedy kształtują się poszczególne motywatory, które szczegółowo opisał prof. Steven Reiss, amerykański psycholog kliniczny. Te szesnaście motywatorów to: władza, niezależność, ciekawość, uznanie, porządek, gromadzenie, honor, idealizm, kontakty społeczne, rodzina, status, rewanż, piękno, jedzenie, aktywność fizyczna i spokój.

Występują one u każdego z nas, ale w różnym natężeniu i to właśnie decyduje o naszej indywidualności, innym postrzeganiu świata.

Gdyby każdy rodzic poznał i zrozumiał motywatory swojego dziecka, byłoby mu znacznie łatwiej zrozumieć jego potrzeby, dążenia i zachowania.

Zrozumienie własnych motywatorów wiele powie nam o tym, w jaki sposób oceniamy rzeczywistość. Rodzicowi mającemu wysoki motywator „Porządek” trudno będzie zrozumieć dziecko z niskim natężeniem tego samego motywatora. Podświadomie zakładamy, że nasz system wartości i potrzeb jest jedynym słusznym i chętnie poddajemy krytyce tych, których potrzeby kształtują się inaczej.

## Dajmy czas na rozpoznania

Rzekomy brak ambicji u dziecka to częsty powód rozczarowań rodziców. Dla wielu rodziców najprostszym wytłumaczeniem



zrodlo: istockphoto.com

tej sytuacji jest jednoznaczna i surowa ocena: lenistwo. Tymczasem ambicja jest bardzo mocno związana z motywator „Władza”. Osoby o wysokiej potrzebie władzy mają dominujący charakter i dużą potrzebę sukcesów. U rodziców z tym motywator rozbudzenie żądy sukcesu u dziecka jest najważniejszym celem wychowania. A możliwe że dziecko nie odkryło jeszcze tego, co chce w życiu robić. Nastolatek musi przecież mierzyć się ze szkolną rzeczywistością, w której uczy się wszystkiego, niezależnie od pasji i chęci, a motywacja wewnętrzna jest dopiero na etapie kształtowania się.

## Życie zgodne ze sobą

Budując u dziecka pewność siebie, należy zwrócić też uwagę na motywator „Uznanie”. Wysokie natężenie w tym obszarze wiąże się z pragnieniem aprobaty ze strony innych, dużą wrażliwością na krytykę i skłonnością do perfekcjonizmu. Dziecko z niskim natężeniem tego motywatora bez problemu poradzi sobie z krytyką czy presją oczekiwania. W przeciwnym wypadku, będzie starało się zaspokoić oczekiwania rodziców, na długie lata zapominając o własnych pragnieniach.

Chętnie mówimy o „życiu w zgodzie ze sobą”, ale z jakichś powodów odmawiamy tego prawa naszym dzieciom.

Trzeba pamiętać, że nie ma złych ani dobrych motywatorów. Na przykład wysoka potrzeba uznania niesie ze sobą też wiele korzyści, jak empatię i wrażliwość. Ludzie o silnym natężeniu tego motywatora są doskonałymi obserwatorami, potrafią doceniać, mówić komplementy oraz sprawiać, że w ich towarzystwie inni czują się przyjemnie.

## I co dalej?

Wiele młodych osób pytanych o to, co chce robić w życiu, wzrusza ramionami. Szkoła nie stwarza okazji do odkrywania siebie, swojej indywidualności, mocnych stron i motywacji. Większość uczniów obawiając się wykluczenia, podąża bezwiednie za modą czy oczekiwaniami dorosłych. Jako rodzice i wychowawcy możemy pomóc im poznać własne motywacje i wybrać dalszą drogę tak, jak sami byśmy sobie tego życzyli – w zgodzie ze sobą. Uznanie autonomii podopiecznych jest bardzo ważne dla ich rozwoju – decyduje o poczuciu sprawstwa.

**Stuchajmy uważnie,**  
co mówią nasze dzieci.

**Pozwalajmy**  
podejmować własne decyzje.

**Szanujmy**  
indywidualność i autonomię.

**Nie porównujmy**  
dziecka do jego kolegów  
i koleżanek.

**Wspierajmy pasję dziecka,**  
nawet te najdziwniejsze.

**Uczmy**  
podopiecznych wyrażania  
swoich emocji.

**Świętujmy**  
każdy najmniejszy  
sukces dziecka.

**Mówmy o mocnych stronach**  
i rozwijajmy je.