



Harjoitus: Opit huomaamaan hyvän

Miksi?

Opit huomaamaan, kun lapsi pyrkii oikeansuuntaiseen käyttäytymiseen ja antamaan lapselle myönteistä palautetta oikea-aikaisesti. Positiivisen palautteen saaminen vahvistaa lapsen itsetuntoa ja myönteistä minäkäsitystä.

Miten?

Kiinnitä viikon ajan huomiota omaan toimintaasi. Käytä joka päivä hyvän huomaamisen periaatteita arjessa. Tarkkaile, miten lapsesi reagoi palautteeseen.

Myönteinen palaute lisää lapsen halua käyttäytyä toivotulla tavalla.

Hyvän huomaamisen periaatteita:

- Nosta esiin arjen hyviä hetkiä, sano ne lapselle: "Voi miten hienosti jaksat istua ruokapöydässä."
 - Kehu lasta uskottavasti ja aidosti. Opettele huomaamaan asioita, joista voit aidosti antaa positiivista palautetta.
 - Anna lapselle palautetta välittömästi, ei kohta eikä myöhemmin. Palaute voi olla jokin pieni ele, josta lapsi näkee, että huomasit hänen onnistumisensa ja ilahduit siitä.
 - Älä vesitä kannustusta esimerkiksi sanomalla: "Tämä meni hyvin, mutta..."
 - Kannusta sellaiseen käyttäytymiseen, mitä haluat nähdä lisää. Lasta kannattaa kiittää myös yrittämisestä ja asioista, jotka ehkä toiselle ovat itsestäänselvyyksiä. "Yritit hienosti ensin itse, minä voin nyt auttaa..."
 - Osoita kiinnostusta lapsen tekemisiin. Kuuntele lapsen ehdotuksia ja mielipiteitä. Anna lapsen harjoitella valintoja ja vastuunottoa sopivissa tilanteissa.
 - Joillekin lapsille kehujen vastaanottaminen on vaikeaa. Voit käyttää epäsuoraa positiivisen palautteen antamista. Se tapahtuu kehumalla lasta toiselle aikuiselle lapsen kuullen. Lapsen voi olla helpompi vastaanottaa tällainen kehu.
-