

Budowanie wytrwałości u dziecka

Teoria autodeterminacji (Ryan, Deci)

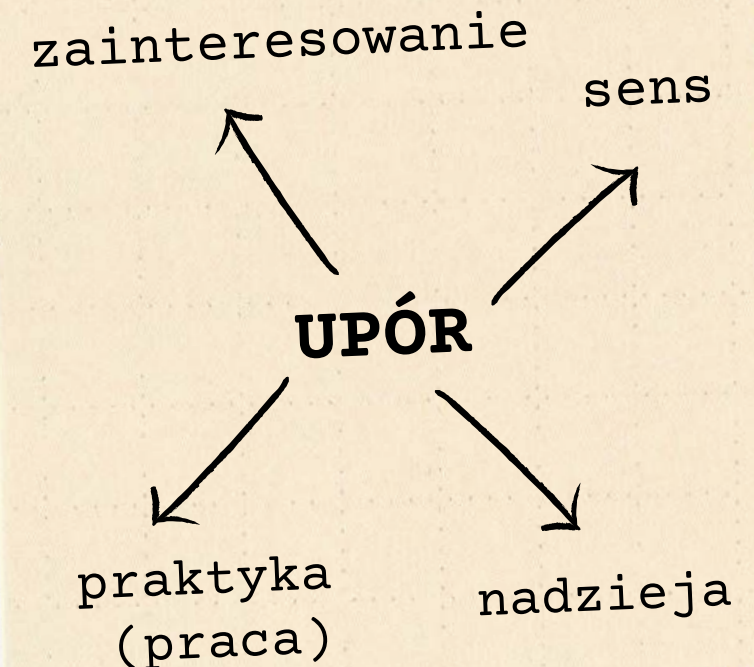
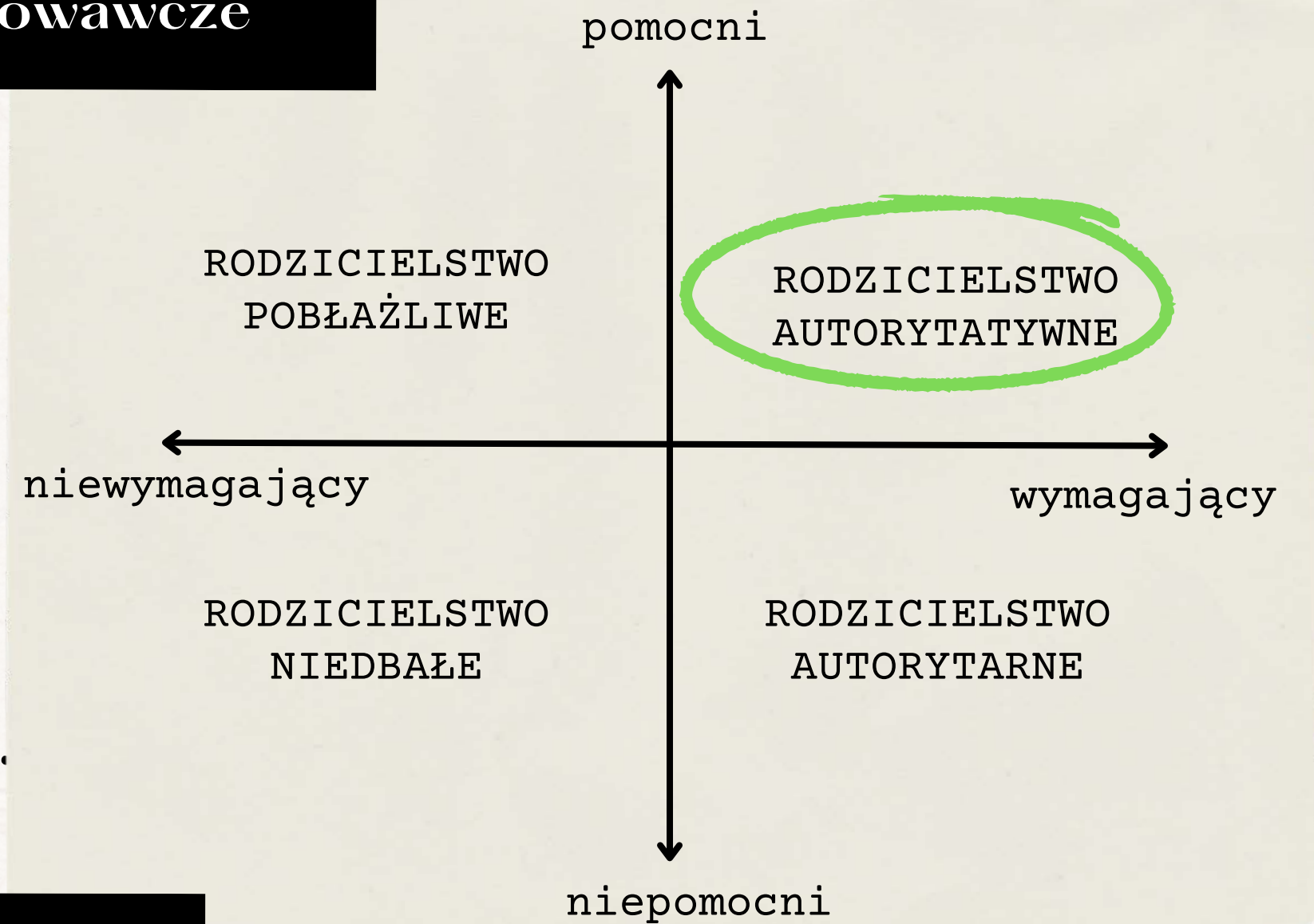
- Potrzeba przynależności
- Potrzeba kompetencji
- Potrzeba autonomii

Jak spełniasz potrzeby swojego dziecka?

Ćwiczenie uporów – rodzinne zasady wg. Angeli Duckworth

1. Wszyscy podejmują się wyzwań (i mówią o tym!)
2. Można zrezygnować, ale należy dokończyć "cykl" (np. sezon)
3. Każdy sam wybiera swoją wyzwaniową rzecz (dziecko po przedstawieniu możliwości przez rodzica)
4. Najlepiej angażować się w wybrane zadanie przynajmniej przez 2 lata

Style wychowawcze



Budowanie wytrwałości – kilka wskazówek

- 1** Chwal swoje dziecko za progres, pracę oraz zaangażowanie
- 2** Pomóż dziecku dostrzegać lekcje płynące z niepowodzeń
- 3** Pozwalaj dziecku podejmować decyzje w tych obszarach, w których już może to robić
- 4** Pokazuj inspirujące przykłady – gdzie systematyczna praca jest drogą do sukcesu
- 5** Stawiaj dziecku wyzwania i pokazuj swoją wiarę w jego działania
- 6** Wymagaj, jednocześnie troszcząc się o dziecko
- 7** Wsłuchuj się w komunikaty, które przekazujesz dziecku
- 8** Wymagaj również od siebie – dziecko naśladuje Twoje zachowania