

משפטים מעודדים שמחליפים את כל הכבוד בזמן משחק

כל הכבוד הוא ציון. כמו יפה מאד, מצוין, מושלם וחברים נוספים. השימוש בהם מגיע מהרצון שלנו לעודד ולחזק את הביטחון של הילדים אך כשמשתמשים רק בציונים למטרה זו משיגים תוצאה שונה. ברגע של התלהבות מהילדים שלנו המילים האלו יוצאות מעצמן וזה אותנטי ומתחבר. אני גם לא חושבת שאנחנו צריכים לחשוב על כל מילה שיוצאת לנו מהפה. אבל ביום יום יש לנו המון הזדמנויות לעודד ולחזק את הביטחון במשפטים נוספים שאת המשמעות והערך שלהם אני מפרטת בכל סעיף.

1. התייחסות לציור או יצירה

מחקרים מראים שהתלהבות יתר בזמן שילדים יוצרים גורמת להם להימנע מיצירה כי הם מפחדים לא לעמוד בציפיות. לכן אפשר להתייחס לתהליך היצירה או ליצירה שמביאים מהגן או ביה"ס במשפטים כמו:

***השתמשת בצבעים של חורף, אני ממש מרגישה את החורף בציור הזה.**

***יש המון פרטים בציור הזה, השקעת הרבה מחשבה.**

***הציור הזה ממש עושה לי שמח.**

משפטים אלה או דומים להם ברעיון יוצרים הזדמנות עבור הילדים לשתף אותנו במחשבות ובתחושות שלהם ויעודדו אותם להמשיך ליצור מתוך תחושה שהיצירה שלהם מעניינת ולא נמדדת רק על ידי כשרונם או אי כשרונם.

2. התייחסות לקושי בתוך משחק

כאשר אנחנו משתמשים בכל הכבוד על הצלחה אנחנו יוצרים תלות. ילדים לומדים ש"זה נחשב" רק אם קיבלו ציון על הפעילות שאתה התמודדו. כדי ללמד ילדים להנות גם מהתהליך ולהתמודד גם אם לא חוו הצלחה מיידית אפשר להשתמש במשפטים כמו:

***אני לומדת ממך על התמדה. ניסית שוב ושוב עד שהצלחת.**

***ראיתי שהיה לך חשוב להבין והמשכת לנסות אפילו שהיה לך קשה בהתחלה.**

משפטים כאלה מפתחים את המוטיבציה הפנימית. כלומר, את היכולת להתנסות ולחקור מתוך סקרנות, עניין והנאה ולא כדי לזכות בשבחים ולרצות מישהו אחר.

3. התייחסות לרצון של הילדים לשחק איתנו

אני מאמינה שלכל הורה יש רצון בזמן משותף משמעותי עם הילדים, גם אם הוא קצר. לפעמים כשאנחנו מציעים משחק משותף הם מעדיפים דברים אחרים. לכן, בפעמים בהן אנחנו מצליחים לשחק ביחד כדאי שנשאיר טעם של עוד לפעם הבאה:

***נהנתי מאד לבלות ביחד.**

***הרעיונות שלך הפכו את המשחק למעניין ומהנה אפילו יותר.**

***כשאנחנו משתפים פעולה יוצאים דברים מיוחדים מאד.**

משפטים כאלה מאפשרים הנאה מהזמן המשותף גם אם הילדים אינם עומדים בציפייה מסוימת של ההורה ובפעם הבאה שתהיה הזדמנות למשחק משותף הזיכרון יהיה קשור לחיבור ולא להצלחה או אי הצלחה.

4. התייחסות למצבים בהם המשימה לא הושלמה

כשאנחנו מחזקים רק על פעילות מושלמת (למשל פאזל שהורכב עד הסוף לעומת חצי פאזל) אנחנו משפיעים על המוכנות להתנסות. ילדים חושבים פעמיים אם כדאי להתחיל במשחק מהפחד שלא יוכלו לסיים אותו. חשוב שנראה את המאמץ ונתייחס אליו ולא נבטל כשהתוצאה לא מספקת אותנו. אפשר למשל לומר:

***אני רואה שכבר התעייפת, אפשר להשאיר את הפאזל כמו שהוא ולסיים אותו מחר.**

***נהנית מהמשחק בבצק, עכשיו נראה לי שכבר מספיק לך.**

גם אם המשחק נמשך רק מספר רגעים, החיזוק הזה יאפשר בפעם הבאה התנסות ארוכה יותר מתוך פניות רגשית. מסר של אכזבה יביא להימנעות.

5. התייחסות לצורת התקשורת בזמן משחק

משחק עבור ילדים הוא הזדמנות להתנסויות שונות, גם התנסויות רגשיות. במשחק חווים תסכול, כעס, חוסר שביעות רצון, פחד אכזבה. אלו לא רגשות רעים, הם חלק מהחיים. השאלה היא איך אנחנו מתווכים להם את הרגש ואיך הם לומדים לבטא אותו (בהתאם לגיל כמובן). משפטים שיכולים לעזור להם ללמוד לבטא את עצמם ואת הרגשות שלהם:

***אני יודעת שהיית מאד מאוכזב מההפסד ובכל זאת בחרת להמשיך לשחק.**

***הסברת לי כך יפה מה מלחיץ אותך במשחק הזה, אולי נחשוב ביחד על דרך שתהיה פחות מלחיצה?**

משפטים מהסוג הזה מאפשרים חוויה טובה גם אם מהלך המשחק לא היה בהתאם לציפיות של הילדים מעצמם.

חמשת המצבים שדיברתי עליהם הם כנראה לא היחידים אבל הם דוגמה ליכולת שלנו לחזק ולעודד בזמן משחק. הם מאפשרים לנו לראות באור חיובי מצבים בהם "כל הכבוד" לא מתאים ולהעביר מסר על התנסות, חקירה, מאמץ, השתדלות, תהליך והנאה ללא קשר לתוצאה.

כפי שאמרתי בהתחלה, אין לנו אפשרות לחשוב בכל רגע על כל מילה ואולי המשפטים שלי לא מתאימים לאחרים. חפשו את הדרך שלכם ואת המילים שלכם מתוך הבנה ש"כל הכבוד" בדרך כלל לא משרת את המטרה- לעודד ולחזק את הביטחון העצמי. כמו הרבה דברים, גם במקרה הזה אם מאמנים את השריר לאורך זמן הוא הופך להיות שימושי וטבעי.