

Ekonomiczny Uniwersytet Dziecięcy



Świadomy dialog

Jak udzielić informacji zwrotnej dziecku?

Barbara Habrych

Uniwersytet Ekonomiczny we Wrocławiu

Data: 10.05.2021 r.

Organizatorzy



EKONOMICZNY UNIwersYTET DZIECIĘCY

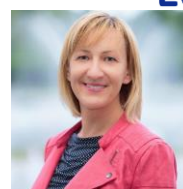
WWW.UNIwersYTET-DZIECIĘCY.PL

1

Barbara Habrych



- Trenerka biznesu i edukacji: praca z dziećmi, młodzieżą, nauczycielami, rodzicami i biznesem
- Tutorka „od przedszkola do uniwersytetu”
- Doradczyni zawodowa wytrwale poszukująca talentów
- Pedagożka i psycholożka społeczna z misją: przenieść najlepsze praktyki z biznesu do edukacji



Barbara Habrych

885 324 042

basiahabrych@gmail.com



EKONOMICZNY UNIwersYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIwersYTET-DZIECIĘCY.PL

2

CUD = Czas Uruchomić Dialog 😊



Świadomy dialog

➔

Co oznacza dialog?

Jak udzielić informacji zwrotnej?

➔

Po co udzielić informacji zwrotnej?

EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIĘCY WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

3

Poczucie własnej wartości



Wiara w siebie i własne możliwości

Zaufanie do siebie

Poleganie na swoich uczuciach

Słuchanie głosu wewnętrznego

Wewnętrzsterowność

EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIĘCY WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

4

Poczucie własnej wartości




EKONOMICZNY UNIwersYTET DZIECIĘCY WWW.UNIwersYTET-DZIECIĘCY.PL

5

Poczucie własnej wartości


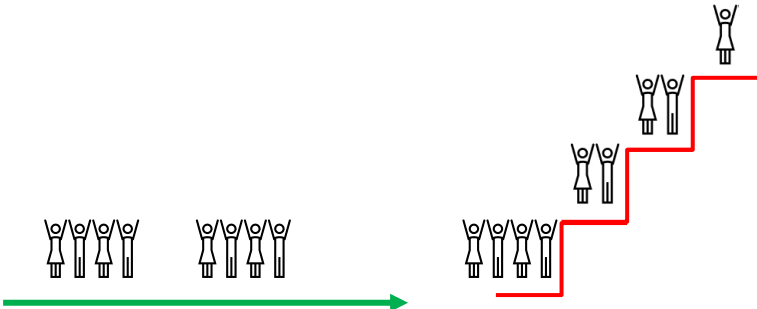





EKONOMICZNY UNIwersYTET DZIECIĘCY WWW.UNIwersYTET-DZIECIĘCY.PL

6

Poczucie własnej wartości

Samoakceptacja

Samoocena

Inspiracja: Agnieszka Stein

EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

7

Poczucie własnej wartości




Samoakceptacja:

- Jest akceptacją
- Nie porównuje do innych
- Mówi o wartości każdego człowieka

Samoocena:

- Jest oceną
- Opiera się o porównanie z innymi
- Mówi o zaletach w porównaniu z innymi

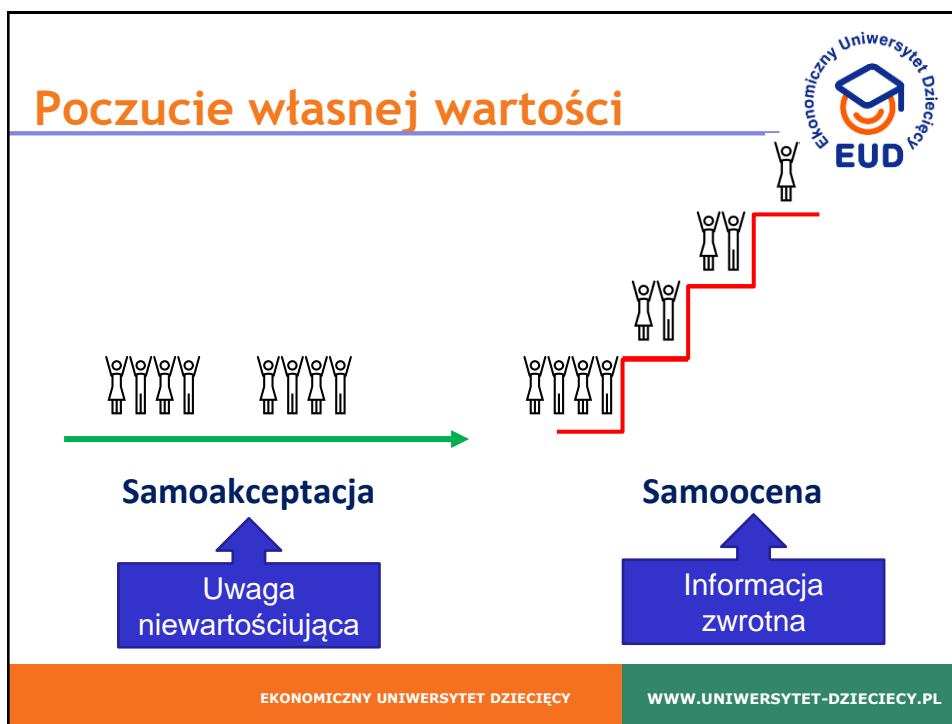
Można mieć wysoką samoocenę i niewielkie poczucie własnej wartości.

Można też mieć średnią samoocenę i czuć się wartościową osobą.

EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

8



9

Uwaga niewartościująca

**Jak dawać akceptację,
żeby dziecko
budowało
samoakceptację?**


EKONOMICZNY UNIwersYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIwersYTET-DZIECIĘCY.PL


10

Uwaga niewartościująca





Dziecko podaje mamie ciastko:
NIE: „Ale jesteś kochany, że tak podajesz mamusi te ciasteczka”.
TAK: „dziękuję”



Dziecko układa wieżę z klocków.
NIE: „Jesteś wspaniały, potrafisz zbudować najwyższą wieżę, nikt tak nie potrafi”
TAK: Zapytaj czy lubi układać klocki, jak zbudowało tę wieżę, co dalej planuje z nią zrobić



Dziecko dzieli się zabawkami
NIE: „Ale masz dobre serduszko!”
TAK: „Spójrz na twarz tej dziewczynki, wygląda na szczęśliwą przez to, że dałeś jej swoje wiaderko”

EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIĘCY
WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

11

Uwaga niewartościująca



**Jestem dumna
z mojego
dziecka
bo zostało
uczniem
miesiąca**



**Jestem dumna
z mojego
dziecka**

EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIĘCY
WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

12

Uwaga niewartościująca. Szczęście to stan umysłu



Happiness is a state of mind.



EKONOMICZNY UNIwersYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIwersYTET-DZIECIĘCY.PL

13

Informacja zwrotna: Na rozgrzewkę 😊



Pomyśl o takiej umiejętności, w której jakiś czas temu byłeś nienajlepszy / nienajlepsza, a teraz radzisz sobie bardzo dobrze.

- **Co doprowadziło Cię do tego miejsca?**
- **Czy ktoś cię wspierał? W jaki sposób?**

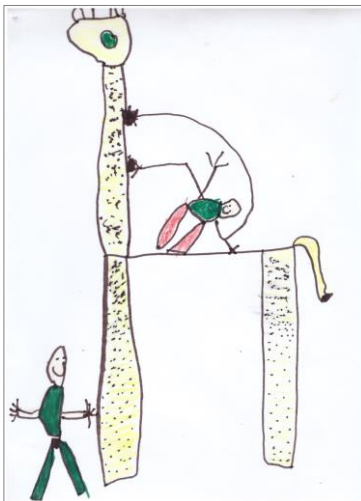
EKONOMICZNY UNIwersYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIwersYTET-DZIECIĘCY.PL

14

Zadanie

Co powiesz dziecku, które przyszło do Ciebie z rysunkiem?



EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

15

Nastawienie na trwałość / Nastawienie na rozwój

Autodiagnoza

EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

16





Nastawienie na trwałość / Nastawienie na rozwój

Inteligencja - zdolność do postrzegania, analizy i adaptacji do zmian otoczenia

EKONOMICZNY UNIwersYTET DZIECIĘCY WWW.UNIwersYTET-DZIECIĘCY.PL

17





Nastawienie na trwałość / Nastawienie na rozwój

1. Poziom inteligencji to cecha fundamentalna i nie ulega zmianie.
2. Możesz uczyć się nowych rzeczy, ale nie staniesz się przez to bardziej inteligentny.
3. Niezależnie od obecnego poziomu twojej inteligencji, zawsze możesz być jeszcze mądrzejszy.
4. Zawsze można w znaczącym stopniu podnieść poziom swojej inteligencji.

EKONOMICZNY UNIwersYTET DZIECIĘCY WWW.UNIwersYTET-DZIECIĘCY.PL

18






Nastawienie na trwałość / Nastawienie na rozwój



5. Każdy z nas jest, jaki jest, i niewiele można zrobić, żeby to zmienić.



6. Niezależnie od tego, jaki masz charakter, zawsze możesz w znaczącym stopniu się zmienić.



7. Możesz zacząć postępować inaczej, ale tego jaki naprawdę jesteś, zmienić się nie da.



8. Zawsze możesz stać się innym człowiekiem.

EKONOMICZNY UNIwersYTET DZIECIĘCY
WWW.UNIwersYTET-DZIECIĘCY.PL

19






Nastawienie na trwałość / Nastawienie na rozwój

Badania


EKONOMICZNY UNIwersYTET DZIECIĘCY
WWW.UNIwersYTET-DZIECIĘCY.PL

20


Badania Carol Dweck I. Łatwy test IQ

200 uczniów

Ależ jesteś inteligentny!



200 uczniów



Ciężko pracowałeś!

EKONOMICZNY UNIwersYTET DZIECIĘCY


WWW.UNIwersYTET-DZIECIĘCY.PL

21

Badania Carol Dweck II. WYBÓR: Łatwy vs. trudny test IQ

200 uczniów


Test jest trudny, ale podobny do pierwszego. Na pewno dasz radę!



Ile % wybrało łatwą wersję?

67%

200 uczniów



Test jest trudny, ale to okazja do rozwoju!

Ile % wybrało trudną wersję?

92%

EKONOMICZNY UNIwersYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIwersYTET-DZIECIĘCY.PL

22

Badania Carol Dweck

III. Bardzo trudny test IQ (poza możliwościami)

200 uczniów

Ależ jesteś inteligentny!

Pracowali:

- krócej (szybciej się poddawali)
- pojawiła się frustracja

200 uczniów

Ciężko pracowałeś!

Pracowali:

- ciężej
- dłużej, wytrwalej
- z przyjemnością

EKONOMICZNY UNIwersYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIwersYTET-DZIECIĘCY.PL

23

Badania Carol Dweck

I. Łatwy test IQ

200 uczniów

Ależ jesteś inteligentny!

O ile % średnio **gorszy** wynik niż w teście 1?

-20%

200 uczniów

Ciężko pracowałeś!

O ile % średnio **lepszy** wynik niż w teście 1?

+30%

EKONOMICZNY UNIwersYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIwersYTET-DZIECIĘCY.PL

24



Nastawienie na trwałość / Nastawienie na rozwój

Teoria

EKONOMICZNY UNIwersYTET DZIECIĘCY WWW.UNIwersYTET-DZIECIĘCY.PL

25



Nastawienie na trwałość / Nastawienie na rozwój

OMIJA	WYZWANIA	LUBI
PODDAJE SIĘ	PRZESZKODY	POKONUJE WYTRWALE
NIEPOTRZEBNY	WYSIŁEK	DROGA DO SUKCESU
IGNORUJE	KRYTYKA	ROZWÓJ
ZAGROŻENIE	SUKCES INNYCH	INSPIRACJA

EKONOMICZNY UNIwersYTET DZIECIĘCY WWW.UNIwersYTET-DZIECIĘCY.PL

26





Nastawienie na trwałość / Nastawienie na rozwój

Rozwiązanie

EKONOMICZNY UNIwersYTET DZIECIĘCY WWW.UNIwersYTET-DZIECIĘCY.PL

27





Nastawienie na trwałość / Nastawienie na rozwój

-  1. Poziom inteligencji to cecha fundamentalna i nie ulega zmianie.
-  2. Możesz uczyć się nowych rzeczy, ale nie staniesz się przez to bardziej inteligentny.
-  3. Niezależnie od obecnego poziomu twojej inteligencji, zawsze możesz być jeszcze mądrzejszy.
-  4. Zawsze można w znaczącym stopniu podnieść poziom swojej inteligencji.

EKONOMICZNY UNIwersYTET DZIECIĘCY WWW.UNIwersYTET-DZIECIĘCY.PL

28








Nastawienie na trwałość / Nastawienie na rozwój

	
<p>5. Każdy z nas jest, jaki jest, i niewiele można zrobić, żeby to zmienić.</p>	<p>6. Niezależnie od tego, jaki masz charakter, zawsze możesz w znaczącym stopniu się zmienić.</p>
<p>7. Możesz zacząć postępować inaczej, ale tego jaki naprawdę jesteś, zmienić się nie da.</p>	<p>8. Zawsze możesz stać się innym człowiekiem.</p>

EKONOMICZNY UNIwersYTET DZIECIĘCY
WWW.UNIwersYTET-DZIECIĘCY.PL

29



Nastawienie na trwałość / Nastawienie na rozwój

		
<p>OMIJA</p>	<p>WYZWANIA</p>	<p>LUBI</p>
<p>PODDAJE SIĘ</p>	<p>PRZESZKODY</p>	<p>POKONUJE WYTRWALE</p>
<p>NIEPOTRZEBNY</p>	<p>WYSIŁEK</p>	<p>DROGA DO SUKCESU</p>
<p>IGNORUJE</p>	<p>KRYTYKA</p>	<p>ROZWÓJ</p>
<p>ZAGROŻENIE</p>	<p>SUKCES INNYCH</p>	<p>INSPIRACJA</p>

EKONOMICZNY UNIwersYTET DZIECIĘCY
WWW.UNIwersYTET-DZIECIĘCY.PL

30

Jak często mówisz / słyszysz od swoich dzieci?



Liczenie to nie moja domena

Nie mam żadnego specjalnego talentu

Wystąpienia publiczne to nie dla mnie

WSZYSCY są dużo lepsi z Excela ode mnie. Po prostu tego nie ogarniam

Często zaczynam różne rzeczy, ale ich nie kończę

Pisanie tekstów mi nie wychodzi

Nie nauczę się tego nowego programu

EKONOMICZNY UNIwersYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIwersYTET-DZIECIĘCY.PL

31





Nastawienie na trwałość / Nastawienie na rozwój

Ćwiczenie

EKONOMICZNY UNIwersYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIwersYTET-DZIECIĘCY.PL

32

Nastawienie na trwałość / Nastawienie na rozwój



Nie wychodzi mi to

Jestem głupi!

Ona jest genialna



Na razie Ci nie wychodzi, ale możesz nabrać wprawy

Ile ćwiczyłeś? Czy dalsze ćwiczenie przyniesie efekty?

Ciekawe jak się przygotowuje? Może dobrze byłoby ją naśladować?

EKONOMICZNY UNIwersYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIwersYTET-DZIECIĘCY.PL

33

Nastawienie na trwałość / Nastawienie na rozwój



Poddaję się

To dla mnie za trudne

Zawaliłem



Co możesz zrobić inaczej?

Może Ci to zająć trochę czasu. Kogo możesz poprosić o pomoc?

Popełniłeś błąd. Czego możesz się z niego nauczyć?

EKONOMICZNY UNIwersYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIwersYTET-DZIECIĘCY.PL

34

PODSUMOWANIE



Nastawienie na trwałość / Nastawienie na rozwój



Nie chwal za:

- INTELIGENCJĘ
- ZDOLNOŚCI



Dostrzegaj:

- PROCES
- WYSIŁEK
- STRATEGIE
- POSTĘP

Zawsze w powiązaniu z rezultatami, osiągnięciami

EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIĘCY

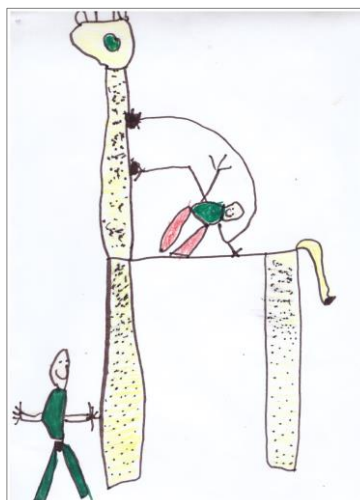
WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

35

Zadanie



Co powiesz dziecku, które przyszło do Ciebie z rysunkiem?



EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

36

Z listu pewnego trzynastolatka...



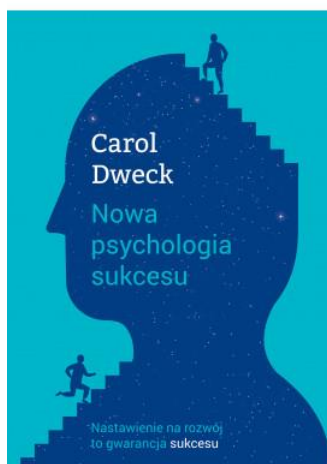
*Droga Profesor Dweck,
Doceniam, że to co pani pisze,
opiera się na rzetelnych badaniach,
i właśnie dlatego postanowiłem
przetestować to w praktyce.
Wkładam więcej wysiłku w moją naukę,
w moje relacje z rodziną,
i relacje z kolegami w szkole.
I zauważyłem ogromne postępy
na wszystkich tych polach.
Zrozumiałem teraz, że zmarnowałem
większość mego życia.*

EKONOMICZNY UNIwersYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIwersYTET-DZIECIĘCY.PL

37

LEKTURY



EKONOMICZNY UNIwersYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIwersYTET-DZIECIĘCY.PL

38

Nie marnujmy swojego życia...



Ćwiczenie C5:

1. **Co zacznę robić?**
2. **Co przestanę robić?**
3. **Czego będę robić więcej?**
4. **Czego będę robić mniej?**
5. **Co zrobię inaczej?**

EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

39

Barbara Habrych



<https://www.facebook.com/3LBarbaraHabrych>



<https://www.linkedin.com/in/barbara-habrych/>



basiahabrych@gmail.com

EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

40