

# erilaisia tapoja KANNUSTAA

## PALKITSE YRITTÄMISESTÄ

Onnistumisen tunne kasvattaa itsetuntoa. Edistyminen on taito, jota voi kehittää ahkerasti harjoittelemalla ja yrittämällä parhaansa.

## INNOSTA KYSYMÄLLÄ

Esitä kysymyksiä, joissa lapsi saa valita vastauksensa itse. Kysy ensin "Mikä oli tänään parasta?" tai "Mitä uutta opit?" kuin "Voititteko?" tai "Kuinka monta maalia teit?"

## ROHKAISE POSITIIVISELLA PUHEELLA

Kannusta myönteisesti. Vältä sanoja "älä" ja "ei". Kannusta sanomalla "Rohkeasti vaan!" enemmän kuin "Älä pelkää!"

## KANNUSTA SANATTOMASTI

Luo hyvää ilmapiiriä kehollasi ja koko olemuksellasi: hymyile, näytä peukkuja, anna käsiläpsy, vinkkaa silmää, halaa, ole sopivasti rauhallinen ja innostunut.

## KIITÄ

Huomioi kiitoksella pienistä ja isoista teoista, esim. treenikartioiden keräämisestä, säärisuojien lainaamisesta tai tavaroista huolehtimisesta.

## KEHU TOISELLE AIKUISELLE LAPSEN KUULLEN

Puhukaa valmentajien ja vanhempien kesken onnistumisista. "Teidän pikkupelurinne syötti oivaltavasti! Kyllä näkee, että hän on treenannut ahkerasti!"

*Kysy lapselta, millaista kannustusta hän toivoo!*