

O mądrym wychowaniu dzieci

Często spotykamy się z pytaniami: Karać czy nie karać? Za co karać i za co nagradzać? Jakie stosować kary i nagrody? Czy kary są skuteczne, jeżeli tak, to jakie? Aby udzielić odpowiedzi na pytanie postawione powyżej, należałoby przeanalizować skuteczność kar oraz sprawdzić, czy wywołują oczekiwane i pożądane zmiany w zachowaniu dziecka.

Żeby nagroda i kara były środkiem wychowawczym, muszą odnieść oczekiwany skutek. O sposobie ukarania dziecka ma decydować stopień przewinienia, okoliczności, w jakich zdarzeniach nastąpiło, i wiek dziecka. Ponadto przed zastosowaniem kary należy wziąć pod uwagę charakter dziecka, stopień jego wrażliwości, jak również częstotliwość występowanie niewłaściwych zachowań. Dziecko, które ma być ukarane, musi wiedzieć, za co i dlaczego.

Kara będzie skuteczna tylko wtedy, gdy dziecko będzie miało odczucie, że zostało ukarane sprawiedliwie i będzie wiedziało, jakiej zmiany w jego zachowaniu dorosły oczekuje. Wymierzając dziecku karę, trzeba pamiętać, że jej skuteczność zależy również od czasu. Kara nie może być odroczone w czasie, lecz powinna być zastosowana zaraz po przewinieniu (nie należy np. grozić: zobaczysz, jak ojciec przyjdzie z pracy, to z tobą zrobi porządek).

Nie można jej też wymierzać pod wpływem gniewu i złości, gdyż emocje są zawsze złym doradcą. Przyczyniają się do braku obiektywizmu i nie sprzyjają przeanalizowaniu przyczyny przewinienia. Podczas zdenerwowania, a więc będąc w stanie pobudzenia emocjonalnego, widzimy skutek i nie dajemy dziecku szansy na wyjaśnienie i wytłumaczenie się z niewłaściwego zachowania. Kara wymierzona w złości jest najczęściej bardzo surowa i wywołuje u dziecka strach, podczas którego skupia się ono nie na przewinieniu, ale na karze.

Jeżeli osoba wymierzająca karę cieszy się autorytetem i uznawana jest

przez dziecko za osobę sprawiedliwą, zapewne będzie żałowało ono swojego zachowania i dołoży starań, aby więcej danego czynu nie popełnić.

Skuteczność karania jest tym większa, im silniejsze jest uczucie miłości i przywiązania osoby karzącej z karaną. Karze musi zawsze towarzyszyć ukazanie możliwości poprawy. W przeciwnym razie może dojść do zachowań agresywnych. Ponadto dziecko będzie miało negatywny stosunek do osoby wymierzającej karę.

Podczas karania trzeba brać pod uwagę stopień wrażliwości dziecka. Im dziecko jest wrażliwsze, tym kara powinna być słabsza. Z karaniem wiąże się również poczucie winy. Dziecko, które postąpi źle, najczęściej żałuje tego, co zrobiło. Jeżeli uznaje normy ustalone przez dorosłych, wówczas kary stosowane przez nich za przekroczenie zasad są bardziej skuteczne.

Jeżeli dziecko nie rozumie stawianych przez dorosłych granic (ograniczeń), kary są mało skuteczne. Skuteczność kary zależy również od autorytetu osoby karzącej w oczach dziecka. Jeżeli osoba wymierzająca karę cieszy się autorytetem i uznawana jest przez dziecko za osobę sprawiedliwą, zapewne będzie żałowało ono swojego zachowania i dołoży starań, aby więcej danego czynu nie popełnić. Jeżeli natomiast osoba karząca nie cieszy się autorytetem u dziecka, to kara może wywołać u niego agresję i chęć zrobienia karzącemu na złość.

Należy unikać stosowania stale tych samych kar, gdyż powszednieją i przestają mieć dla dziecka znaczenie. Szczególnie szkodliwe jest stosowanie kar agresywnych, nadmiernie surowych. W przypadku dzieci nadpobudliwych i agresywnych stosowanie takich kar powoduje bunt, upór, przekorę, co w konsekwencji prowadzi do zerwania więzi uczuciowych z dorosłym. Natomiast dzieci mniej wrażliwe nie przejmują się stosowanymi karami, bo zdążyły się już do nich przyzwyczaić – wówczas tracą one sens.

Kary i ich skuteczność:

- **Kary cielesne**- należą do kar, po zastosowaniu których mogą wystąpić niepożądane skutki. Rodzice uważają, że mają nieograniczoną władzę

nad swoimi dziećmi i dlatego stosują kary fizyczne. Niestety w naszym społeczeństwie pokutuje nieuzasadnione przekonanie o ich skuteczności: mnie bito i wyrosłem na porządnego człowieka. Bicie dziecka jest sposobem na wyładowanie własnej agresji, złego humoru, niepowodzeń, zawiedzionych nadziei. Najczęściej jest tak: im większe zdenerwowanie dorosłego lub im cięższe przewinienie dziecka, tym mocniejsze lanie. Dorośli do wymierzania kar cielesnych używają otwartej dłoni, paska, różgi, rzemieni zwanych „dyscypliną”, kabli i tego, co się znajduje pod ręką. Dzieci panicznie boją się bicia, gdyż powoduje ono ból, pozostawia ślady, poniża godność dziecka, upokarza je, a także odsłania bezradność i bezsilność wobec karzącego. Kary cielesne czynią spustoszenie w psychice dziecięcej, wywołują nienawiść, chęć odwetu, agresję skierowaną na słabszych (np. zwierzęta), a także powodują nerwice lub lęki.

- **Krzyk** - jest karą nieskuteczną. Dziecko boi się krzyku, a z czasem samo zaczyna krzyczeć na osoby słabsze i te, których się nie boi.
- **Zamykanie w łazience** - dziecko czuje się odizolowane, opuszczone, przeżywa lęk.
- **Straszenie** - powoduje urazy psychiczne, takie jak: nerwice, lęki i objawy somatyczne (nawracające moczenie się).
- **Wyzwiska** - poniżają dziecko.

Inne kary stosowane przez dorosłych to kary, dzięki którym możemy spodziewać się poprawy w postępowaniu dziecka. Należą do nich:

- **Kara naturalna** - stanowi konsekwencję winy, np. dziecko zabrało koledze zabawkę – musi ją oddać; niegrzecznie się odezwało – musi przeprosić.
- **Tłumaczenie i wyjaśnianie** - skłania dziecko do zastanowienia się nad skutkami tego, co zrobiło.
- **Ukazywanie konsekwencji niewłaściwego zachowania się** - dziecko nie sprzątnęło zabawek – nie oglądnie wieczorynki; nie zjadło obiadu – nie

dostaje słodczy.

Tak zwane kary pedagogiczne, a więc nastawione za zmianę postępowania dziecka, to odmawianie przyjemności, wyrażanie mimiką, gestem, ruchem ciała niezadowolenia bądź smutku, milczenie dorosłych, pouczenie słowne wobec innych osób, czasowe odebranie przyznanego przywileju. Dziecko nie ma pretensji i żalu, że ponosi konsekwencje własnych zachowań.

Nagrody i ich skuteczność

Wielu dorosłych uważa, że nagroda pełni znaczącą rolę w procesie wychowanie, gdyż:

- utrwala lub wzmacnia pozytywne zachowania;
- wiąże się z poczuciem bezpieczeństwa;
- umacnia wiarę we własne możliwości;
- mobilizuje do podejmowania coraz trudniejszych zadań;
- wzmacnia więzi uczuciowe z osobami nagradzającymi;
- rozbudza pozytywne uczucia (radość, uznanie, sukces);
- oddziałuje pozytywnie na innych.

Aby nagroda wpływała dodatnio na rozwój osobowości i wychowanie dziecka, musi spełniać pewne warunki. Po pierwsze, nagrodzona osoba faktycznie musi na wyróżnienie zasłużyć (nagroda za dodatkowy wysiłek), a po drugie, gdy nagroda jest skuteczna, gdy motywuje do dalszego działania. Należy pamiętać, że nagroda może być celem samym w sobie, a nie bodźcem do działania. Dlatego należy zapobiegać motywacji działania nastawionej na nagrodę. Mamy wiele rodzajów nagród, które można stosować wobec dzieci:

- **Nagradzanie pochwałą i uznaniem** - słowna aprobata postępowania dziecka, uśmiech, radość, głośne wyrażanie uznania wobec innych osób,

wyrażenie podziwu, pogłaskanie po głowie, przytulenie. Pamiętać jednak należy o tym, że pochwała i uznanie powinny być proporcjonalne do włożonego wysiłku i chęci. Wtedy odniosą oczekiwany skutek.

- **Sprawianie dziecku przyjemności** - wspólna z rodzicami wycieczka rowerowa, wyjście do kina, zgoda na spotkanie z koleżankami i kolegami, zaproszenie kolegi do domu i wspólna gra w grę planszową.
- **Obdarzanie uwagą i zaufaniem** - dziecko ma poczucie własnej wartości i odczuwa radość z pozornej, ale upragnionej wolności oraz poczucia dorosłości. Zaufanie ma wysokie walory wychowawcze, gdyż polega na zmniejszeniu kontroli nad tym, co dziecko robi, z kim i czym się bawi.
- **Wspólne z rodzicami spędzanie wolnego czasu** - wyjście do teatru, kina, na koncert lub do muzeum.
- **Nagrody rzeczowe** - to też pochwała, tylko wyrażona poprzez symboliczny upominek (należy unikać drogich prezentów), np. maskotkę, książkę, grę, zabawkę, itp. Nagroda powinna być wręczona za konkretne zachowanie, działalność.

Poprawnie stosowane kary i nagrody powinny służyć nam, dorosłym, do osiągnięcia zamierzonych celów wychowawczych. Stanowią one narzędzia, dzięki którym możemy zmienić na lepsze dziecięce zachowania, a znając ich skuteczność, możemy wspomagać prawidłowy rozwój dziecka.

Mądre wychowanie dzieci- wskazówki dla rodziców

- **Naucz się odmawiać dziecku.** Dziecko nie może mieć wszystkiego, czego się domaga. Niewłaściwe zachowania w sklepie podczas dokonywania zakupów to nic innego jak próba sił i wymuszanie. Nie można spełniać wszystkich zachcianek i życzeń dziecka nawet wtedy, gdy patrzy głęboko w oczy i błagalnym głosem prosi: kup mi. Dziecko musi spotykać się z odmową i doświadczać niewygody z powodu braku czegoś.

- **Bądź stanowczy.** Dziecko nie lubi zmienności decyzji i braku konsekwencji. Nie wie, jak ma się zachować w sytuacji, gdy za to samo jest raz karane, a innym razem chwalone. Jednego dnia zostało ukarane za to, że nie sprzątnęło zabawek, a drugiego, gdy rodzic był w doskonałym nastroju, pozwolono mu ich nie sprzątnąć. Dziecko bez względu na wiek potrzebuje jasno sprecyzowanych wymagań – dzięki temu ma poczucie wewnętrznego spokoju i bezpieczeństwa.
- **Rozmawiaj w cztery oczy.** Nikt nie lubi, dziecko także, gdy w obecności innych zwraca się mu uwagę. Rozmawiając z dzieckiem, zawsze należy patrzeć mu w oczy i w zrozumiały dla niego sposób wyrażać swoje niezadowolenie w związku np. ze złym zachowaniem.
- **„Walcz” ze złymi nawykami.** Powtarzalność zachowań, np. staranne układanie ubrań na krzeselku przed pójściem do łazienki, sprzątanie zabawek, wpływa na kształtowanie się pożądanых nawyków. Dlatego nie należy bagatelizować złych nawyków, tylko zwalczać je, póki jest jeszcze to możliwe (nie są jeszcze utrwalone).
- **Pozwól dziecku na samodzielność.** Już małe dziecko mówi: Ja sam... Pozwól dziecku na samodzielne wykonywanie różnych czynności: ubieranie i rozbieranie się, wkładanie naczyń do zmywarki, odstawianie naczyń na szafkę przy zlewozmywaku, itp. Nie można wszystkiego wykonywać za dziecko, ono podobnie jak dorośli musi mieć swoje obowiązki i je wypełniać. Jest to przecież jeden ze sposobów uczenia dzieci odpowiedzialności.
- **Musisz mieć czas dla dziecka.** Zawsze należy znaleźć czas i wysłuchać tego, co dziecko ma nam do powiedzenia. Nawet gdy wielokrotnie pyta o to samo lub dopytuje: dlaczego? Codziennie należy wziąć malucha na kolana i zainteresować się dziecięcymi problemami lub przeżyciami. Rozmowa zbliża dziecko do dorosłego i buzi jego zaufanie. Gdy będzie starsze, nie zwróci się o radę, pomoc do kolegi, lecz poprosi o wyjaśnienie dorosłego, bo będzie pamiętało to, że nigdy nie zostało odtrącone. Należy też pamiętać o tym, że małemu dziecku trudno jest wyrazić swoje myśli, dlatego nie zawsze rozumiemy swoje dzieci

i trudno nam się z nimi porozumieć.

- **Bądź konsekwentny.** Dziecko musi wiedzieć, czego od niego oczekujesz, jakie stawiasz mu wymagania i granice oraz jakie będą skutki, gdy ich nie będzie przestrzegało. Jeżeli zakazy lub nakazy nie będą konsekwentnie przestrzegane przez dorosłego, dziecko straci poczucie bezpieczeństwa, a rodzic wiarygodność w oczach dziecka. Nie dawaj też obietnic tylko dla świętego spokoju oraz bez pokrycia. Wtedy dziecko czuje się zawiedzione, oszukane, a ty tracisz autorytet w jego oczach.
- **Zaufaj dziecku.** Nie należy stale sprawdzać uczciwości dziecka, chyba że dorosły ma ku temu powody. Zdarza się, że strach przed konsekwencją „zmusza” dziecko do powiedzenia nieprawdy.
- **Nie zrzedź.** Nie powtarzaj stale tego samego przy każdej nadarzającej się okazji, bo dziecko przestanie cię słuchać. Będzie to samoobrona przed tobą i tym, co mówisz.
- **Nie bądź przewrażliwiony.** Nie zwracaj uwagi na drobne dolegliwości dziecka. Narzekając, że boli paluszek, nóżka, maluch najczęściej chce wymusić twoje zainteresowanie i tym samym zwrócić na siebie uwagę.
- **Dbaj o odporność emocjonalną.** Nie chroń dziecka przed konsekwencjami i nie stawaj zawsze w jego obronie. Jeżeli dziecko zrobi coś złego, nie tłumacz go, nie załatwiał za niego sprawy. Ono samo musi się nauczyć ponoszenia odpowiedzialności za swoje zachowanie, czyny. Nawet wtedy, gdy są nieprzyjemne i bolesne.

