

Naturalne konsekwencje w wychowaniu dziecka



W świadomości społecznej silnie zakorzenione jest przekonanie, że nie da się nikogo dobrze wychować bez stosowania kar.

Zwolennicy takiego podejścia podsuwają argumenty, że jeśli chcemy, aby dziecko nauczyło się norm społecznych, kary są konieczne. Takiemu modelowi wychowywania przeciwstawiają oni „wychowanie bezstresowe”, czyli tak naprawdę brak wychowania, bo nie szanuje się tu żadnych zasad. Czy naprawdę nie da się wychować dziecka bez kar?

Czym jest kara

Encyklopedia PWN podaje następującą definicję kary: „Stosowanie bodźców negatywnych wobec niepożądanych zachowań jednostki lub szerzej, wszelkie odczuwane przez jednostkę jako przykre konsekwencje jej zachowania”. Dalej znajdujemy rozwinięcie pozytywnych oddziaływań kary na winowajcę i ostrzeżenie, że „nadmierny rygorizm, stosowanie kar zbyt surowych, niezrozumiałych, wywołujących poczucie krzywdy, powodujących niezaspokojenie podstawowych potrzeb psychicznych wychowanka może prowadzić do deformacji jego osobowości”. I tutaj nasuwają mi się pytania:

1. Skąd rodzic ma wiedzieć, czy stosowana przez niego kara jest adekwatna do przewinienia? Nie każdy rodzic jest wykształconym pedagogiem czy psychologiem, a nawet jeśli nim jest, może popełniać błędy.
2. Jak zyskać pewność, że dziecko rozumie, dlaczego zostało ukarane i właśnie w taki sposób? Zarówno dziecko, jak i karzący rodzic działają pod wpływem emocji, które znacząco utrudniają intelektualną weryfikację sytuacji.
3. Jak uniknąć u dziecka poczucia krzywdy? Znowu: przecież działają w tym momencie silne emocje. A poczucie krzywdy może rodzić chęć odwetu, strach, złość, gniew.
4. Jak można uniknąć w karaniu udowadniania, że dorosły ma rację, bo może ukarać? Czy nie jest to bliskie wychowywaniu przez strach?
5. Czy naprawdę kara wychowuje, czy też raczej zmniejsza poczucie odpowiedzialności rodzica za trudne zachowania dziecka, no bo on przecież wyznaczył karę, a ono dalej źle się zachowuje...



Jak wychowywać do przestrzegania norm społecznych bez stosowania kar

Rozwiązaniem, które wydaje się dużo bardziej skuteczną metodą wychowania (uwzględniającą potrzeby dziecka w każdym wieku i wpływającą na zmniejszenie zachowań trudnych), mogą być tzw. „**naturalne konsekwencje**”. Polegają one na umawianiu się z dzieckiem co do stosowania konkretnych zasad, przy równoczesnym określeniu, jakie wiążą się z tym konsekwencje zarówno za przestrzeganie (nie chodzi tu o nagradzanie, a raczej o poczucie satysfakcji z dotrzymania umowy, o spokojne relacje w domu itp.), jak i łamanie ustalonych zasad (wtedy przykrość, którą przeżywa dziecko, nie jawi się jako odwet dorosłego, emocje związane z poddaniem się konsekwencjom są mniejsze, a korzyść stosowania się do umów wybrzmiewa skuteczniej). Przykładowo: umawiamy się z dzieckiem, że po wspólnym obiedzie samodzielnie się uczy (ma oczywiście możliwość z korzystania z pomocy przy trudnościach). Konsekwentne stosowanie się do tej umowy pozwala dziecku cieszyć się czasem dla siebie w godzinach późnopołudniowych i wieczornych. Jeśli nie zastosuje tej zasady, będzie musiało zrezygnować z przyjemności planowanych na popołudnie: wizyty kolegów, zabawy z rodzeństwem czy z rodzicami. Nie chodzi o to, że ze wszystkich przyjemności w ogóle, ale tylko w te dni, w których nie uczyło się zgodnie z ustaleniami. Oczywiście, mogą się zdarzyć jakieś okoliczności, które uniemożliwią realizację zadania, ale to jest zrozumiałe dla obu stron i nie przynosi negatywnych konsekwencji, np. gdy rodzic musiał zostać dłużej w pracy, a przez to cały rytm dnia uległ zaburzeniu i w efekcie odrobienie zadania przesunęło się w czasie. Ustalamy więc jakąś „rekompensatę”, np. ulubiony deser czy lody w sobotę.

Tak wychowywane dziecko uczy się, że z konsekwencjami wiąże się zarówno przestrzeganie zasad, jak i ich łamanie. Jednak najważniejsze jest w nich to, że dziecko ma kontrolę nad tym, co się dzieje w jego życiu. Wie, co się może wydarzyć, i samo podejmuje decyzje, czy chce wybrać konkretną konsekwencję. To mnóstwo korzyści wychowawczych: większa samoświadomość, wzrost poczucia sprawczości, obowiązkowość, dobre relacje z rodzicami, postrzeganie dorosłych jako autorytet i ostoja bezpieczeństwa, zaufanie.

Jak wprowadzić naturalne konsekwencje do wychowania dziecka

Zacznij od podjęcia refleksji nad tymi sytuacjami, w których dziecko łamie zasady. Porozmawiaj z nim o tym, dlaczego takie zasady obowiązują. Ustalcie wspólnie

konsekwencje zarówno stosowania, jak i łamania norm. A potem na bieżąco ustalajcie te, które pojawią się w Waszym życiu. Pamiętaj także, że to dorosły daje poczucie bezpieczeństwa i modeluje postawy swoich dzieci. Nigdy nie oczekuj od dziecka, aby stosowało się do reguł, których Ty nie przestrzegasz. Co można jeszcze zrobić?

1. Często rozmawiajcie o zasadach i konsekwencjach, akcentuj to, co dziecko może zyskać.
2. Modeluj zachowania, czyli stosuj się do norm, których wymagasz od dziecka.
3. Wyjaśniaj sytuacje, w których dziecko zachowało się źle, aby mieć pewność, że znało konsekwencje i rozumie, że to, co nastąpiło, było złamaniem zasad.
4. Kiedy rozmawiacie o złamaniu reguły, nazywaj złe zachowania, ale unikaj oceniania dziecka. Komunikat: „Twoje zachowanie jest złe” ma inny wydźwięk niż: „Jesteś okropny, jak mogłeś tak się zachować”.
5. Pytaj dziecko o jego motywację w konkretnych sytuacjach. Każdy może popełnić błąd, a Twoje dziecko dopiero uczy się odpowiedzialności.
6. Pozwól swojemu dziecku ponieść konsekwencje złego zachowania, ale bądź przy nim i wspieraj je.
7. **Zawsze zapewnij dziecko o swojej bezwarunkowej miłości, szczególnie wtedy, gdy złamało zasady.** Nie obrażaj się. Przytul, powiedz, że je kochasz, porozmawiaj z nim.