

Jak karać by nie skrzywdzić?

Spór o sensowność używania kar, a zwłaszcza kar cielesnych, jest tak stary jak sama problematyka wychowania. Jedni twierdzą, że tylko kara może nauczyć dziecko posłuszeństwa. Inni natomiast stoją na stanowisku, że agresja zarówno fizyczna jak i psychiczna nie przynosi żadnego rezultatu. Powoduje jedynie upokorzenie i bezradność dziecka wobec osoby krzywdzącej, która jest silniejsza, starsza i przede wszystkim, która powinna kochać. Efektem tej kontrowersyjnej „metody wychowawczej” jest agresja dziecka wobec słabszych lub wobec samego siebie. Pewne jest, że karanie fizyczne i psychiczne dziecka jest bezwzględnie zabronione i sankcjonowane przez kodeks karny.

Wychowanie dziecka jest procesem, który dzieje się nieustannie. Jest ono również wielką sztuką, którą każdy rodzic może opanować jeżeli tylko chce. Nagradzanie i karanie jest nieodłączną częścią procesu wychowawczego. Każde dziecko jest inne i aby móc je wychować, należy początkowo je poznać. To co będzie dobrze oddziaływało na jedno dziecko na inne nie będzie miało najmniejszego wpływu. Najważniejsze jest aby stosować środki, które będą odpowiednio dobrane do niechcianego zachowania. Nie za każde przewinienie powinna być taka sama kara. Żeby odpowiednio dobrać karę musimy na początku dowiedzieć się co dla naszego dziecka jest ważne, co przynosi mu przyjemność i następnie to odebrać, oczywiście na ustalony czas. Dla jednego dziecka karą będzie zakaz oglądania telewizji, dla innego zakaz korzystania z komputera.

Ludzie zadają pytanie, jak można karać za coś czego druga osoba nie rozumie, a dziecko bardzo często nie zdaje sobie sprawy z tego, że popełniło błąd i nie robi tego bynajmniej naumyślnie. Udowodniono, że kary, zwłaszcza gdy w rozumieniu dziecka są niesprawiedliwe, są również nieskuteczne, ponieważ mogą powodować bunt i dysonans poznawczy. Nagrody silniej motywują dziecko do zmiany, jednak oczywiste jest, że nie powinny być zbyt duże i zbyt częste. Jeżeli dziecko jest nagradzane za każdym razem słodyczami, zabawkami itp. wówczas może chcieć robić coś w celu uzyskania nagrody, bez wprowadzania zmiany w zachowaniu. Dziecko powinno być motywowane wewnętrznie do zmiany zachowania. Powinno samo dojść do tego, dlaczego warto robić coś a czegoś nie warto. Jeżeli w repertuarze zachowań dziecka występują takie, które uważane są za niepożądane, wówczas należy dotrzeć do ich przyczyny, a nie jedynie załagodzić je

karą lub nagrodą. Należy jednak pamiętać, że potwierdzenie złego zachowania dziecka powinno wypłynąć z kilku źródeł (od nauczycieli, rodziców, czy też specjalisty, takiego jak psycholog). Gdy ktoś zakazuje nam czegoś, na przykład pod groźbą kary, wówczas tworzy się dysonans poznawczy, przesłanka jest zewnętrzna - nie robię czegoś, bo ktoś mi karze, ale ja tak nie uważam, tak więc nie jest to postanowienie trwałe. Jeżeli jednak dziecko zrozumie dlaczego ma czegoś nie robić, na przykład wczuje się w rolę poszkodowanego, wówczas nie występuje dysonans, nie robi czegoś bo tego nie chce, jest to trwałe postanowienie, które utrwała się w zachowaniu.

Jak już wyżej zostało podkreślone nagrody bardziej motywują do zmiany zachowania i bardziej utrwalają owe zmiany. Wobec każdego dziecka można zastosować inny rodzaj nagród, ponieważ każde lubi co innego. Na przykład jedne dzieci wolą słodycze, inne oglądanie bajek, a jeszcze inne pochwały słowne czy przytulanie. Nagrody powinny być dostosowane do potrzeb dziecka, ale nie można zapominać o tym, że nie zawsze dziecko może dostać to co chce. Można zastosować system dochodzenia do nagrody głównej. Na przykład zbierania punktów częściowych za zachowania pożądane, które doprowadzają do nagrody. Jest to dobra metoda, ponieważ nie przyzwyczajają ona dziecka i zmusza do intensywnej pracy w celu uzyskania czegoś pożądanego.

Niestety w sytuacjach trudnych, kiedy mamy do czynienia z agresją, a także innymi niepożądanymi zachowaniami, zmuszeni jesteśmy niejednokrotnie do stosowania takich środków wychowawczego oddziaływania, które raczej karzą, niż uczą. Pamiętajmy jednak, że karą musi być jakaś dotkliwa dla dziecka konsekwencja, musi być ona współmierna do niechcianego zachowania, natychmiastowa i ograniczona w czasie. Jednak zanim zaczniemy karać poszukajmy wnikliwie przyczyn nieprawidłowego zachowania.

Paulina Chlewicka
Psycholog