

KARY I NAGRODY

CZYLI

JAK MĄDRZE WYCHOWYWAĆ NASZE DZIECI

W wychowaniu naszych dzieci często stosujemy różnego rodzaju nagrody i kary. W tym zakresie my – rodzice, często popełniamy nieświadomione pomyłki i poważne błędy. Zazwyczaj opieramy się na własnej intuicji, mamy swoje najczęściej stosowane sposoby nagradzania i karania. Czy są one dobre czy złe? Możemy to ocenić jedynie analizując ich skuteczność. Na co dzień nie uświadamiamy sobie tego, że wychowanie jest sztuką, której tajniki też trzeba poznawać. By świadomie wychowywać nasze dzieci, warto sobie przeanalizować czy przypomnieć kilka spraw dotyczących kar i nagród oraz warunków ich skuteczności.

Wydaje się, że w życiu codziennym rodzice bardziej wierzą w skuteczność kar niż nagród. Posługując się nimi należy przestrzegać wielu zasad, by był to środek wychowawczy, który wywołać ma pozytywną zmianę w zachowaniu dziecka.

Jak więc należy posługiwać się karą, by odniosła oczekiwany skutek? Oto kilka wskazówek.

1. Kara musi być **adekwatna do popełnionego przewinienia**. Dobór kary powinien zależeć od winy dziecka, okoliczności zdarzenia i wieku. Myśląc o sposobie ukarania dziecka za określone przewinienia trzeba brać pod uwagę także jego wrażliwość, charakter, częstotliwość wykroczeń.
2. Dziecko musi rozumieć **za co zostało ukarane i dlaczego**. Tylko kara sprawiedliwa w odczuciu karanego dziecka jest skuteczna i nie obniża autorytetu osoby wymierzającej ją.
3. Wymierzając karę dziecko musi wiedzieć, **jakiej zmiany oczekuje się w jego zachowaniu**.
4. Aby kara była skuteczna, musi być wymierzona we właściwym czasie – nie może być wymierzona pod wpływem emocji tuż po zaistniałym czynie, ale też nie należy jej zbyt długo odwlekać w czasie. Samo długie czekanie na wymierzenie kary jest już karą dla dziecka.
5. Posługując się karami zaleca się przede wszystkim **umiar i rozwagę**. **Karać nie można w gniewie**. Pod wpływem gniewu stajemy się mało obiektywni, nie zastanawiamy się nad przyczynami negatywnych czynów dziecka, widzimy tylko skutek. Wywołuje on gwałtowne oburzenie i nieprzemyślaną, zwykle silną reakcję. W przyływie złości nie pozwalamy dziecku wytłumaczyć się i natychmiast wymierzamy karę, chociaż może okazać się, że dziecko na nią nie zasłużyło. Taka kara jest najczęściej zbyt surowa, ale wówczas trudno naprawić błąd. Gniew matki czy ojca wywołuje najczęściej strach dziecka – skupia ono uwagę na karze, a nie na przewinieniu. Taka kara daje satysfakcję rodzicowi (rozładowanie swego gniewu), nie zaś poprawę dziecka. ! Dzieci nie mogą stać się kozłem ofiarnym naszych humorów.

6. Kara jest czynnością przykrą dla osoby karzącej i karanej. Skuteczność karania jest tym większa, im silniejsze uczucie miłości i przywiązania łączy karanego z karzącym, i na odwrót.
7. Przykrość, jaką kara sprawia dziecku, nie może wywołać stanu beznadziejnego załamania. Karom musi towarzyszyć życzliwość ukazująca możliwość poprawy, w przeciwnym razie może dojść do zachowań agresywnych, a także do negatywnego stosunku do osoby karzącej. W karaniu trzeba brać pod uwagę stopień wrażliwości dziecka. Im dziecko wrażliwsze tym mniejszej kary wymaga, aby uzyskać u niego pozytywne, prawidłowe reakcje.
8. Ważną funkcją kary jest zlikwidowanie poczucia winy, przywrócenie równowagi psychicznej u karanego. Jeśli dziecko postąpi niewłaściwie, najczęściej żałuje tego i odczuwa ciężar przewinienia. Jeżeli dziecko akceptuje, czyli uznaje za słuszne normy, wymagania ustalone przez rodziców, wówczas kary stosowane za ich przekroczenie są bardziej skuteczne. Jeśli dziecko nie rozumie potrzeby stawianych mu ograniczeń, otrzymana kara jest mało skuteczna.
9. Karać można tylko za takie czyny i zachowania, które są stale uważane za naganne, bez względu na to, gdzie i w jakich warunkach zostały dokonane.
10. Skuteczność kary zależy od autorytetu osoby karzącej w oczach dziecka. Jeśli osoba karząca ma autorytet u dziecka, uznaje ono ją za sprawiedliwą, będzie żałowało swojego negatywnego zachowania i postara się więcej danego czynu nie popełniać. Jeśli osoba karząca nie ma autorytetu u karanego, to kara wywoła tylko agresję u dziecka, chęć zrobienia karzącemu na złość, nie wpłynie pozytywnie na zachowanie dziecka..
11. Należy unikać stosowania wciąż tych samych kar, gdyż powszednieją i przestają mieć dla dziecka jakiegokolwiek znaczenie. Szczególnie szkodliwe jest stosowanie częstych, a jednocześnie surowych kar. Dzieci nadpobudliwe i bardziej agresywne reagują na nadmiar surowych kar buntem, arogancją uporem i przekorą, co prowadzi do zerwania więzi uczuciowych z jednym lub obojgiem rodziców.
Dzieci mniej wrażliwe mogą w końcu przywyknąć i nie przejmować się zbyt często stosowanymi karami, a wówczas tracą one swój sens.

Kary możemy podzielić dwa rodzaje.

Pierwsze z nich to takie, przy stosowaniu których mogą wystąpić inne niepożądane skutki uboczne. Możemy je nazwać „*szkodliwymi*”. Należą do nich:

- **Kary cielesne (kary fizyczne)** – mają bardzo wielu zwolenników, chociaż teoretycznie uznaje się ich szkodliwość. Ten rodzaj reakcji na wykroczenie dziecka nie wymaga zastanowienia się. Im cięższe przewinienie tym silniejsze razy. Im większy wstyd i zdenerwowanie rodzica, tym silniejsze lanie otrzymuje dziecko. Zastanowienie się, jak skutecznie ukarać dziecko, zastępuje pytanie – czym zbić. Bijąc dziecko matka czy ojciec uważają, że mają nieograniczoną władzę nad dzieckiem.. Wyładowują własną agresję, zły humor, zawiedzione nadzieje w biciu. Do wymierzania kar cielesnych najczęściej używają pasa skórzanego, różgi, rzemieni zwanych "dyscypliną", kabli, itp.

Kary fizyczne stosują rodzice często pod wpływem tradycji – „mnie bito i wyrosłem na porządnego człowieka, musi swoją porcję otrzymać mój syn”. Również dlatego, że istnieje w społeczeństwie nieuzasadnione przekonanie o ich skuteczności.

Dzieci boją się bicia, gdyż powoduje ból, pozostawia kompromitujące ślady na ciele. Bicie poniża godność dzieci, upokarza je, widzą wtedy swoją niemoc i bezsilność.

Kary fizyczne wymierzane przez karzących nie mających autorytetu u dziecka wywołują u dzieci nienawiść, chęć odwetu i inne groźne w skutkach reakcje.

Kara fizyczna nie tylko zostawia ślady na ciele ale również sięje spustoszenie w psychice dziecka.

Następstwem bicia są różnego rodzaju nerwice i lęki (fobie), dokuczanie zwierzętom, agresja zwłaszcza wobec słabszych.

- **Straszenie dziecka** – jest zabiegiem mającym skłonić dziecko do posłuszeństwa, bardzo często stosowanym. Powoduje urazy psychiczne: nerwice lękowe, fobie, objawy somatyczne. Likwiduje małe zło, a czyni duże - tak jak bicie.
- **Wyzwiska** – poniżają godność dziecka.
- **Krzyk** – jest reakcją na wykroczenie dziecka, szkodliwa i nieskuteczna kara. Dziecko boi się krzyku, a po jakimś czasie samo krzyczy do osób słabszych, i tych, których się nie boi.
- **Izolacja dziecka** – dziecko czuje się opuszczone, przeżywa lęk.

Powyższe kary nie wymagają namysłu, są łatwe w użyciu i dlatego często się po nie sięga.

Drugi rodzaj kar to *kary pedagogiczne*, które nie poniżają godności karanego i karzącego, a ich jedynym celem jest poprawa postępowania dziecka. Zaliczają się do nich:

- **kara naturalna** – dziecko nie posłuchało się rodzica i zrobiło sobie krzywdę, np. biegało mimo upomnień i uderzyło się, niegrzecznie odezwało się – musi przeprosić, zniszczyło komuś zabawkę – musi oddać własną. Kara naturalna ma ograniczone możliwości stosowania, jest konsekwencją winy.
- **ukazywanie konsekwencji niewłaściwego zachowania**, np. dziecko nie odrobiło lekcji - nie może wyjść na podwórko ; zaniedbany obowiązek – nie ma przyjemności.
- **tłumaczenie i wyjaśnianie** – skuteczne jeśli jest umiejętnie zastosowane, skłaniają winnego do autorefleksji, do zastanowienia się nad skutkami lekceważenia zasad życia społecznego.
- odmawianie przyjemności
- wyrażanie swego smutku i zawodu, dezaprobaty dla zachowania dziecka
- milczenie rodziców
- nagany słowne, pisemne w obecności karanego i wobec grupy
- czasowe odebranie przyznanego przywileju

O takie kary dziecko nie ma pretensji do rodziców, ponosi naturalne konsekwencje własnych poczynań..

Wielu praktyków nagrodom przypisuje większą efektywność wychowawczą niż karaniu. Sprzyja ono bowiem utrwalaniu określonych zachowań, a wiążą się z poczuciem bezpieczeństwa i komfortu psychicznego. Nagroda jest bodźcem wzmacniającym pozytywne zachowania, zachęcającym do pracy czy nauki.

Nagroda w wychowaniu pełni następujące funkcje:

- umacnia w dziecku wiarę we własne wartości,
- realizuje potrzebę uznania i sukcesu,
- zachęca do podejmowania coraz trudniejszych zadań,
- dostarcza dodatnich uczuć, radości i dobrego samopoczucia,
- wzmacnia więzi uczuciowe z osobami nagradzającymi,
- działa dodatnio na tych, którzy są świadkami nagradzania (np. na rodzeństwo), jeżeli nagroda jest rzeczywiście zasłużona.

Aby nagradzanie rzeczywiście pełniło wymienione wyżej funkcje wpływające pozytywnie na rozwój osobowości, muszą być spełnione pewne warunki.

- należy nagradzać tylko osobę, która rzeczywiście na to zasłużyła (nagradzanie za dodatkowy wysiłek),
- nagroda powinna wzmacniać pozytywne motywacje do działania (motywy poznawcze, wzmacnianie przejawów empatii itd.),
- należy zapobiegać motywacji nastawionej na nagrodę (nagroda nie może być bodźcem do działania, a jedynie środkiem do celu).

Mamy do dyspozycji wiele rodzajów nagród. Oto kilka z nich:

- **__ nagradzanie pochwałą i uznaniem** – najczęściej stosowane, słowna aprobata postępowania dziecka, wyrażenie podziwu, uśmiech, radość, zadowolenie rodziców głośno wymawiane. Uznanie i pochwała powinny być proporcjonalne do włożonego wysiłku i chęci. Wartość pochwały zależy od tego, kto jej udziela i w jakich okolicznościach (tym większa im większy w oczach dziecka autorytet osoby, która pochwaliła). Pochwała powinna być wyrażona taktownie i wyraźnie, bez podtekstów.
- **nagradzanie przez sprawianie przyjemności** dziecku – może to być wspólny spacer z rodzicami, wyjście do kina, wyrażanie zgody na spotkanie z kolegami, wyjazd na wycieczkę, wspólna gra, itp.
- **darzenie zaufaniem** – jest bardzo pożądane przez dzieci, ma wysokie walory wychowawcze. Odebranie zaufania jest poważną karą. Dziecko, które wie, że rodzice mu ufają, ma dobre

samopoczucie, odczuwa swoją wartość, ma przedsmak upragnionej samodzielności i dorosłości. Zaufanie polega również na zmniejszaniu kontroli nad wszystkim co dziecko robi, czym się zajmuje i z kim się bawi, itp.

- **wspólne atrakcyjne spędzanie wolnego czasu**, np. wycieczki, wyjście do kina czy na koncert
- **nagrody rzeczowe** – to jakby zmaterializowana pochwała, prezent za konkretną działalność lub określone postępowanie, dar zasłużony, a jego posiadanie kojarzy się z tym, za co był otrzymany. Należy jednak bezwzględnie unikać kosztownych podarków, natomiast wystarczy upominek symboliczny (zabawka, gra, maskotka, płyta, książka, sprzęt sportowy, itp.)
- **pieniądze** – kieszonkowe lub do skarbonki, którymi dziecko może samodzielnie dysponować za zgodą rodziców.

Z pedagogicznego punktu widzenia punktu widzenia zastosowane poprawnie kary i nagrody, z towarzyszącą im refleksją i samooceną, powinny posłużyć nam do osiągnięcia zamierzonych celów wychowawczych. Są one narzędziem do korekty dotychczasowego zachowania naszych dzieci, do wysiłku i zmiany na lepsze. I choć problem kar i nagród był i ciągle jest dyskusyjny, sądzę, że znając zasady skuteczności ich oddziaływań możemy z pełną rodzicielską świadomością wspomagać nimi prawidłowy rozwój naszych dzieci.

Na zakończenie chciałabym się z państwem podzielić kilkoma innymi refleksjami, jak mądrze wychowywać swoje dziecko.

APEL DO RODZICÓW:

- **__NIE psuj swego dziecka.** Nie powinno ono mieć wszystkiego, czego się domaga. To tylko próba sił z jego strony. Nie spełniaj wszystkich jego życzeń. Niech czasem doświadczy pewnej niewygody wynikającej z braku czegoś.
- **NIE bój się stanowczości.** Dziecko właśnie tego potrzebuje – jasności stawianych przez siebie wymagań i poczucia bezpieczeństwa.
- **NIE bagatelizuj złych nawyków dziecka.** Tylko ty możesz mu pomóc je zwalczyć, póki jest to jeszcze możliwe.
- **NIE zwracaj dziecku uwagi przy ludziach,** jeśli nie jest to absolutnie konieczne. O wiele lepsze rezultaty osiągniesz, rozmawiając w cztery oczy.
- **NIE podważaj autorytetu szkoły i nauczycieli.** Nie trzeba chyba nikogo przekonywać, jak bardzo ważna jest współpraca rodziców ze szkołą. Powinien nas obowiązywać jednolity kierunek oddziaływań wychowawczych. Jedynie wtedy możemy liczyć na efekty. Tymczasem dość często zdarza się, że uczeń na ten sam temat w szkole i w domu słyszy dwie różne opinie i oceny. Zachwiana zostaje jego wiara w istnienie pewnych jednoznacznie ustalonych i obowiązujących zasad postępowania. Nie trzeba chyba przekonywać o tym, że autorytet szkoły i domu powinny iść w parze, by to, co wpaja szkoła popierał i rozbudowywał dom, zaś to, co pozytywnego buduje dom – podtrzymywała szkoła.

- NIE chroń swego dziecka przed konsekwencjami . Nie stawaj zawsze w jego obronie. Jeżeli dziecko zrobi coś złego, nie tłumacz go i nie załatwiał za niego sprawy. On sam musi się nauczyć ponoszenia odpowiedzialności za swoje czyny – choć są to nieraz rzeczy nieprzyjemne i bolesne.
- NIE zwracaj zbytnio uwagi na drobne dolegliwości dziecka, nie bądź przewrażliwiony na tym punkcie. Czasem dziecko wykorzystuje je, by zwrócić na siebie uwagę.
- NIE zrzedź. Jeśli zdarza ci się to często, twoje dziecko musi się przed tobą bronić i w ogóle przestaje cię słyszeć, co do niego mówisz.
- Nie dawaj obietnic bez pokrycia. Dziecko czuje się zawiedzione i oszukane, gdy nic z nich nie wynika.
- NIE zapominaj, że twemu dziecku nieraz trudno jeszcze wyrazić swoje myśli, dlatego też nie zawsze się rozumiecie.
- NIE sprawdzaj z uporem maniaka uczciwości dziecka. Nieraz bywa tak, że to strach jeszcze zbyt łatwo zmusza dziecko do kłamstwa. Musisz i możesz ufać swemu dziecku, jeśli nie masz uzasadnionych powodów, by nie wierzyć w jego uczciwość.
- NIE bądź niekonsekwentny. Dziecko chce wiedzieć, czego od niego wymagasz i jakie mogą być skutki nieprzestrzegania narzuconych norm. Jeśli te domowe nakazy czy zakazy nie są zawsze przestrzegane, to w rezultacie dziecko czuje się niepewnie i traci wiarę w rodzica.
- NIE odtrącaj swego dziecka, gdy dręczy cię pytaniami. Znajdź codziennie choć chwilę czasu, by go wysłuchać i porozmawiać. Jeśli nie masz dla niego czasu może się okazać, że zamiast prosić cię o wyjaśnienia, poszuka ich gdzie indziej.
- NIE rób wszystkiego za dziecko. Musi ono mieć swoje obowiązki i je wypełniać. W ten sposób uczy się odpowiedzialności za to, co robi.

Literatura:

1. Jundził I.: Nagrody i kary w wychowaniu. Warszawa 1986, NK.
2. Bińczycka J.red.: Bici biją. Warszawa 2000, Wydawnictwo Akademickie „Żak”
3. Rimm S.: Mądre wychowanie. Poznań 1999, Wydawnictwo Moderski i S-ka.
4. Ziemska M.red.: Rodzina i dziecko. Warszawa 1979, Państwowe Wydawnictwo Naukowe.
5. W. Sikorski: Psychologia karanie i nagradzania w praktyce wychowawczej. Opieka - Wychowanie – Terapia, r. 1999 nr 4.

Oprac. Mariola Jaworska